



Heti étlap 2022.10.03. - 2022.10.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
(00501) Alkalmazott *A* menü	Ebéd	Magyaros burgonyaleves, Vagdalt, Zöldborsófőzelék	Tejfölös zöldbaleves, Lecsős sertésragu, Párolt rizs	Zöldséges fejtett bableves, Kolbászos serpenyős burgonya, Csemege uborka	Paradicsomleves, Pulykaragu mexikói zöldséggel, Bulgur	Húsgaluska leves, Aranygaluska, Vaníliásodó	Köményleves, Levesgyöngy, Temesvári sertésragu, Párolt rizs	Zöldségleves, Sült sertésstarja, Tört burgonya, Ecetes karfiol	
		Energia: 902.72 Kcal / 3,773.37 KJ	Energia: 945.43 Kcal / 3,951.90 KJ	Energia: 800.32 Kcal / 3,345.34 KJ	Energia: 904.83 Kcal / 3,782.19 KJ	Energia: 1,416.61 Kcal / 5,921.43 KJ	Energia: 896.00 Kcal / 3,745.28 KJ	Energia: 1,093.15 Kcal / 4,569.37 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		40.29 g 31.89 g 5.39 g	35.56 g 43.59 g 9.53 g	29.04 g 35.54 g 8.24 g	34.50 g 33.02 g 4.58 g	43.53 g 70.63 g 23.15 g	29.24 g 42.58 g 8.68 g	27.56 g 74.46 g 20.62 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
112.10 g 9.99 g 2.21 g	99.62 g 0.00 g 1.95 g	90.04 g 0.00 g 3.11 g	109.08 g 9.99 g 2.58 g	149.91 g 44.54 g 3.04 g	94.57 g 0.00 g 2.21 g	76.41 g 6.39 g 2.85 g			
(00503) Alkalmazott *B* menü	Ebéd	Magyaros burgonyaleves, Sertésrizottó, Ecetes dinnye	Tejfölös zöldbaleves, Rakott karfiol	Zöldséges fejtett bableves, Sült csirkecomb, Vajas tört burgonya, Csemege uborka	Paradicsomleves, Rántott sertéskaraj, Párolt rizs, Ecetes almapaprika	Húsgaluska leves, Sajtos-zöldséges rakott tészta			
		Energia: 903.96 Kcal / 3,778.55 KJ	Energia: 630.30 Kcal / 2,634.65 KJ	Energia: 914.66 Kcal / 3,823.28 KJ	Energia: 1,001.56 Kcal / 4,186.52 KJ	Energia: 881.45 Kcal / 3,684.46 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		39.51 g 27.21 g 5.14 g	26.62 g 34.52 g 9.21 g	55.43 g 38.15 g 6.29 g	38.68 g 33.95 g 6.04 g	41.76 g 29.32 g 6.65 g	g g g	g g g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
121.73 g 4.80 g 1.95 g	51.89 g 0.00 g 1.67 g	86.67 g 0.00 g 2.74 g	132.30 g 10.79 g 4.02 g	111.11 g 0.00 g 2.10 g	g g g	g g g			



Heti étlap 2022.10.03. - 2022.10.09.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Étlapjaink a www.kozetkeztetes60.hu weboldalon is elérhetőek!