



Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00501) Alkalmazott *A* menü	Vajgaluskaleves, Székelykáposzta			Csurgatott tojásleves, Tavaszi pulykaragu, Bulgur			Zöldséges burgonyaleves, Sertés paprikás, Tészta köret			Vegyes gyümölcsleves, Csirkemáj rizottó			Sertésraguleves, Tejbendara kakaó szóráttal		
		Energia: 603.76 Kcal / 2,523.72 Kj			Energia: 833.00 Kcal / 3,481.94 Kj			Energia: 960.68 Kcal / 4,015.64 Kj			Energia: 888.54 Kcal / 3,714.10 Kj			Energia: 662.35 Kcal / 2,768.62 Kj		
		Fehérje 29.04 g	Zsír 42.19 g	T.Zsír 10.40 g	Fehérje 37.86 g	Zsír 37.29 g	T.Zsír 5.79 g	Fehérje 42.95 g	Zsír 42.49 g	T.Zsír 9.44 g	Fehérje 43.54 g	Zsír 23.39 g	T.Zsír 8.48 g	Fehérje 38.97 g	Zsír 23.54 g	T.Zsír 7.61 g
		Szénhidrát 49.52 g	Cukor 0.54 g	Só 1.74 g	Szénhidrát 91.38 g	Cukor 0.00 g	Só 1.88 g	Szénhidrát 99.45 g	Cukor 1.08 g	Só 3.88 g	Szénhidrát 123.98 g	Cukor 10.09 g	Só 1.71 g	Szénhidrát 80.49 g	Cukor 10.53 g	Só 1.42 g

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

.....
Dietetikus