



Heti étlap 2023.05.08. - 2023.05.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00394) Vegetáriánus	Zöldséges ragu, Zöldségleves , Párolt rizsköret	Burgonyakrémleves, Tökfőzelék, Tócsni	Zellerkrémleves, Gombapörkölt , Tészta köret	Lestyános zöldségleves, Burgonyapüré, Rántott brokkoli	Tejbedara, Kakaó szórat, Reszelt tésztaleves										
		Energia: 587.96 Kcal / 2,457.67 KJ	Energia: 576.67 Kcal / 2,410.48 KJ	Energia: 629.06 Kcal / 2,629.47 KJ	Energia: 617.93 Kcal / 2,582.95 KJ	Energia: 449.22 Kcal / 1,877.74 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.79 g	12.98 g	0.98 g	14.96 g	39.19 g	6.77 g	20.94 g	22.48 g	0.64 g	17.36 g	11.34 g	1.97 g	14.52 g	7.98 g	2.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.31 g	0.00 g	1.27 g	88.75 g	0.04 g	1.49 g	85.20 g	0.00 g	4.27 g	104.63 g	0.00 g	5.83 g	80.67 g	16.34 g	0.59 g		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

