

2017. 47.hét	ÉTLAP														
	Hétf			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
	11.20			11.21			11.22			11.23			11.24		
Ebéd	Zellerkrémleves Puffasztott köles Mexikói csirkeragu Párolt rizs Narancs			Zöldborsóleves Rakott burgonya Teljes ki rlés , csökkentett sótartalmú kenyér			Korhelyleves Teljes ki rlés , csökkentett sótartalmú kenyér Párolt sertés szelet Petrezselymes burgonya 0,5adag Párolt vegyes zöldség 0,5adag			Tojásleves Sült csirkemell Fejtettbab f zelék Teljes ki rlés , csökkentett sótartalmú kenyér Alma			Gulyásleves csipetkével Túrós durum tészta Teljes ki rlés , csökkentett sótartalmú kenyér		
	energia: 716 Kcal	fehérje: 29 g	zsír / telített zs.: 21 g / 4,1 g	energia: 731 Kcal	fehérje: 29 g	zsír / telített zs.: 26 g / 7,1 g	energia: 721 Kcal	fehérje: 40 g	zsír / telített zs.: 29 g / 7,1 g	energia: 706 Kcal	fehérje: 44 g	zsír / telített zs.: 24 g / 5,4 g	energia: 740 Kcal	fehérje: 40 g	zsír / telített zs.: 24 g / 7,8 g
szénhidrát: 102 g	cukor: 0 g	só: 2,5 g	szénhidrát: 93 g	cukor: 0 g	só: 2,7 g	szénhidrát: 73 g	cukor: 0 g	só: 5 g	szénhidrát: 76 g	cukor: 0 g	só: 3,1 g	szénhidrát: 90 g	cukor: 0 g	só: 2,3 g	
Allergének: glutén; zeller; tejszermék, laktóz			Allergének: tojás; glutén; zeller; tejszermék, laktóz			Allergének: tejszermék, laktóz; glutén			Allergének: tejszermék, laktóz; glutén; tojás			Allergének: glutén; zeller; tejszermék, laktóz; tojás			

2017. 48.hét	ÉTLAP														
	Hétf			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
	11.27			11.28			11.29			11.30			12.01		
Ebéd	Francia hagymaleves Paprikásburgonya virslivel Teljes ki rlés , csökkentett sótartalmú kenyér Csalamádé			Zöldségleves tésztával Sült halszelet Kukoricás rizs Hamis tartármártás			Paradicsomleves tésztával Szezámagos csirkemell Párolt vegyes zöldség Hagymásburgonya 0,5adag			Csontleves tésztával Vagdalt tepsiben sütte Kelkáposztaf zelék Teljes ki rlés , csökkentett sótartalmú kenyér Müzli szelet			Sárgaborsó leves-húsos Teljes ki rlés , csökkentett sótartalmú kenyér Gránátos kocka		
	energia: 697 Kcal	fehérje: 23 g	zsír / telített zs.: 24 g / 7,6 g	energia: 702 Kcal	fehérje: 31 g	zsír / telített zs.: 24 g / 5,1 g	energia: 678 Kcal	fehérje: 40 g	zsír / telített zs.: 23 g / 2,4 g	energia: 732 Kcal	fehérje: 33 g	zsír / telített zs.: 24 g / 4,2 g	energia: 748 Kcal	fehérje: 40 g	zsír / telített zs.: 24 g / 7,8 g
szénhidrát: 95 g	cukor: 2 g	só: 5,2 g	szénhidrát: 89 g	cukor: 0 g	só: 2,8 g	szénhidrát: 77 g	cukor: 8 g	só: 2,7 g	szénhidrát: 96 g	cukor: 4 g	só: 3,2 g	szénhidrát: 113 g	cukor: 0 g	só: 2,3 g	
Allergének: glutén; tejszermék, laktóz			Allergének: mustár; hal; tojás; glutén; tejszermék, laktóz; zeller			Allergének: glutén; zeller; szezám; tojás			Allergének: glutén; földimogyoró; tejszermék, laktóz; szója; tojás; zeller			Allergének: glutén			

A feltüntetett tápanyag adatok NutriComp Étrend4 programmal lettek kiszámítva

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk.

Keresztesné Somogyi Krisztina

Megbízott Élelmezésvezető