

2017. 49.hét	ÉTLAP														
	Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
	12.04			12.05			12.06			12.07			12.08		
Ebéd	Reszelt tészta leves Tejfölös gombás csirkeragu Párolt rizs Narancs			Karfiolleves tejfölös tésztával Fokhagymás sertéssült Párolt vegyes zöldség 0,5adag Tepsis burgonya			Zöldségleves tésztával Székelykáposzta árpagyönggyel Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér			Tojásleves Sült virsli Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér			Palócleves tésztával Lekváros derelye		
	energia: 709 Kcal	fehérje: 34 g	zsír / telített zs.: 22 g / 4,1 g	energia: 724 Kcal	fehérje: 34 g	zsír / telített zs.: 25 g / 5,8 g	energia: 741 Kcal	fehérje: 37 g	zsír / telített zs.: 26 g / 6,3 g	energia: 732 Kcal	fehérje: 27 g	zsír / telített zs.: 32 g / 9,9 g	energia: 702 Kcal	fehérje: 28 g	zsír / telített zs.: 102 g / 17 g
szénhidrát: 93 g			szénhidrát: 90 g			szénhidrát: 90 g			szénhidrát: 83 g			szénhidrát: 102 g			
cukor: 0 g			cukor: 0 g			cukor: 0 g			cukor: 0 g			cukor: 17 g			
só: 2,2 g			só: 2,9 g			só: 3,7 g			só: 4,1 g			só: 17 g			
Allergének: glutén; tejsav, laktóz; tojás; zeller			Allergének: tejsav, laktóz; zeller; glutén			Allergének: tejsav, laktóz; glutén; zeller			Allergének: glutén; tojás; tejsav, laktóz			Allergének: tojás; glutén; tejsav, laktóz			

2017. 50.hét	ÉTLAP														
	Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
	12.11			12.12			12.13			12.14			12.15		
Ebéd	Zöldborsóleves tésztával Csirkepaprikás Tésztaköret durum Csemege uborka			Fahéjas almaleves Rakott burgonya Banán			Zöldségkrém leves Dubarry Csirkemell Petrezselymes rizs			Csontleves galuskával Sertés sült sovány Paradicsomos káposzta Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér			Lencseleves zöldséges Halfasírt Hagymásburgonya Alma		
	energia: 712 Kcal	fehérje: 36 g	zsír / telített zs.: 23 g / 4,3 g	energia: 733 Kcal	fehérje: 22 g	zsír / telített zs.: 24 g / 8,3 g	energia: 737 Kcal	fehérje: 41 g	zsír / telített zs.: 23 g / 6,8 g	energia: 727 Kcal	fehérje: 34 g	zsír / telített zs.: 23 g / 5,1 g	energia: 720 Kcal	fehérje: 39 g	zsír / telített zs.: 19 g / 4,6 g
szénhidrát: 88 g			szénhidrát: 105 g			szénhidrát: 90 g			szénhidrát: 94 g			szénhidrát: 96 g			
cukor: 6 g			cukor: 13 g			cukor: 0 g			cukor: 3 g			cukor: 0 g			
só: 3 g			só: 1,5 g			só: 2,7 g			só: 3,7 g			só: 2,4 g			
Allergének: glutén; tejsav, laktóz			Allergének: tojás; glutén; tejsav, laktóz			Allergének: tejsav, laktóz; zeller; glutén			Allergének: tojás; glutén; zeller			Allergének: hal; glutén; zeller; mustár; tejsav, laktóz; tojás			

A feltüntetett tápanyag adatok NutriComp Étrend4 programmal lettek kiszámítva

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk.

Keresztesné Somogyi Krisztina

Megbízott Élelmiszevizsgáló

2017. 51.hét	ÉTLAP														
	Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
	12.18			12.19			12.20			12.21			12.22		
Ebéd	Meggyleves Zöldséges sovány sertés ragu Tésztaköret durum Cerbona szelet, gyümölcsös			Tarhonyaleves zöldséges Pulyka rizottó Narancs			Zöldségleves tésztával Rántott csirkemell Főtt burgonya Párolt káposzta			Daragaluska leves Főtt tojás Fejtettbab főzelék Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér Banán			SZÜNET		
	energia: 731 Kcal	fehérje: 29 g	zsír / telített zs.: 24 g / 5,1 g	energia: 715 Kcal	fehérje: 32 g	zsír / telített zs.: 19 g / 4,3 g	energia: 720 Kcal	fehérje: 37 g	zsír / telített zs.: 18 g / 2,3 g	energia: 737 Kcal	fehérje: 28 g	zsír / telített zs.: 18 g / 4,7 g			
szénhidrát: 97 g			szénhidrát: 102 g			szénhidrát: 102 g			szénhidrát: 115 g						
Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; szója; kéndioxid, szulfít			Allergének: glutén; zeller			Allergének: glutén; zeller; tojás			Allergének: tojás; zeller; glutén; tejtermék, laktóz						

A feltüntetett tápanyag adatok NutriComp Étrend4 programmal lettek kiszámítva

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk.

Keresztesné Somogyi Krisztina

Megbízott Élelmezésvezető