

2018. 15. hét	ÉTLAP														
	Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
	04.09			04.10			04.11			04.12			04.13		
Ebéd	Karalábéleves, tejfölös Bácskai rizseshús Csemege uborka			Lebbencsleves Dubarry csirkemell Zöldséges rizs			Almaleves Natúr sertésszelet Párolt vegyes zöldség Hagymásburgonya 0,5 adag			Csontleves májgaluskával Sült virsli Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér			Tárkonyos sertés raguleves Szilvás gombóc		
	energia: 703 Kcal	fehérje: 33 g	zsír / telített zs.: 24 g / 6 g	energia: 713 Kcal	fehérje: 32 g	zsír / telített zs.: 20 g / 5,3 g	energia: 714 Kcal	fehérje: 34 g	zsír / telített zs.: 26 g / 6,1 g	energia: 739 Kcal	fehérje: 39 g	zsír / telített zs.: 28 g / 7,5 g	energia: 706 Kcal	fehérje: 27 g	zsír / telített zs.: 16 g / 2,9 g
	szénhidrát: 87 g	cukor: 8 g	só: 2,4 g	szénhidrát: 99 g	cukor: 0 g	só: 2,4 g	szénhidrát: 85 g	cukor: 13 g	só: 1,9 g	szénhidrát: 81 g	cukor: 2 g	só: 3,6 g	szénhidrát: 111 g	cukor: 12 g	só: 2 g
Allergének: zeller; diófélék; földimogyoró; tejttermék, laktóz; glutén			Allergének: zeller; tojás; glutén; tejttermék, laktóz			Allergének: glutén; tejttermék, laktóz			Allergének: mustár; glutén; zeller; tejttermék, laktóz; tojás			Allergének: glutén; zeller; tojás			

2018. 16. hét	ÉTLAP														
	Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
	04.16			04.17			04.18			04.19			04.20		
Ebéd	Zöldborsóleves galuskával Sertéspaprikás Tésztaköret			Zöldségleves tésztával Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya 0,5 adag Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér			Brokkoli krémleves Rántott csirkemell Zöldséges rizs			Orjaleves fokh. aprópecsenye feltét Tököfőzelék Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér			Nyírségi leves Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér Darás metélt		
	energia: 712 Kcal	fehérje: 36 g	zsír / telített zs.: 26 g / 6,1 g	energia: 750 Kcal	fehérje: 31 g	zsír / telített zs.: 17 g / 3,1 g	energia: 749 Kcal	fehérje: 31 g	zsír / telített zs.: 25 g / 5,2 g	energia: 710 Kcal	fehérje: 36 g	zsír / telített zs.: 19 g / 5,7 g	energia: 749 Kcal	fehérje: 32 g	zsír / telített zs.: 15 g / 3,1 g
	szénhidrát: 82 g	cukor: 0 g	só: 2,2 g	szénhidrát: 117 g	cukor: 10 g	só: 3,7 g	szénhidrát: 98 g	cukor: 0 g	só: 2,7 g	szénhidrát: 96 g	cukor: 0 g	só: 3,2 g	szénhidrát: 119 g	cukor: 12 g	só: 2,4 g
Allergének: glutén; tejttermék, laktóz			Allergének: glutén; zeller; tojás			Allergének: tejttermék, laktóz; glutén; tojás			Allergének: glutén; tejttermék, laktóz; zeller			Allergének: glutén; zeller; tejttermék, laktóz			

A feltüntetett tápanyag adatok NutriComp Étrend4 programmal lettek kiszámítva

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk

Keresztesné Somogyi Krisztina

Megbízott Élelmézésvezető

04.21		
Hagymakrémleves Píritott zsemlekocka Brassói szárnyas feltét Tepsis burgonya Csalamádé		
energia: 702 Kcal	fehérje: 35 g	zsír / telített zs.: 19 g / 4,8 g
szénhidrát: 95 g	cukor: 2 g	só: 3,7 g
Allergének: tejttermék, laktóz; glutén		