



Heti étlap 2018.01.29. - 2018.02.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00500) Alkalmazott 19-69 év	Erőleves , Sajtos-tejfölös tészta, Piritott bacon kocka, Alma	Tarhonyaleves *, Stefánia szelet, Lencsefőzelék	Kertészleves, Pásztortokány, Párolt rizs , Fejes saláta	Barackleves , Chilis bab*, Cukrászsütemény	Frankfurti leves , Nutellás gombóc*, Banán										
		Energia: 945,84 Kcal / 3 953,61 KJ	Energia: 875,84 Kcal / 3 661,01 KJ	Energia: 992,15 Kcal / 4 147,19 KJ	Energia: 1 264,20 Kcal / 5 284,36 KJ	Energia: 877,94 Kcal / 3 669,79 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		32,09 g	37,14 g	26,46 g	48,42 g	40,36 g	13,17 g	56,16 g	24,25 g	5,13 g	50,84 g	34,53 g	12,07 g	27,62 g	22,42 g	7,06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
125,23 g	0,00 g	3,96 g	78,80 g	1,00 g	4,14 g	135,37 g	5,99 g	7,53 g	185,99 g	54,06 g	5,31 g	136,90 g	0,00 g	5,00 g		

.....
élelmezésvezet

