



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
---------	-------	------	--------	-----------	--------

Ebéd - A

Rostoslé. 100%

Tárkonyos pulykaragu leves

Gyümölcsleves

Zeller krémleves

Halgaluska leves

Székely káposzta

Darás metélt

Zöldséges vagdalt

Levesgyöngy

Sóskamártás

Graham kenyér tk

Gyümölcs öntet

Burgonya püré

Töltött csirkecomb

Főtt burgonya 1/2 adag

Házi almás pite

Zöldalma

Petrezselymes rizs

Főtt tojás.

Csemege uborka (édes.szer.)

Kenyér, graham tk.

Összetevők:	En: 906,0 kcal	Zs: 46,4 g	En: 1100,5 kcal	Zs: 43,8 g	En: 894,2 kcal	Zs: 39,8 g	En: 1087,6 kcal	Zs: 42,7 g	En: 808,8 kcal	Zs: 39,8 g
	Tz: 1,8 g	Fe: 27,2 g	Tz: 0,6 g	Fe: 33,0 g	Tz: 1,9 g	Fe: 27,9 g	Tz: 2,3 g	Fe: 61,3 g	Tz: 0,3 g	Fe: 25,3 g
	Sz: 92,3 g	Cu: 33,0 g	Sz: 155,4 g	Cu: 27,6 g	Sz: 102,5 g	Cu: 20,8 g	Sz: 106,8 g	Cu: 1,4 g	Sz: 82,0 g	Cu: 12,2 g
	So: 2,6 g		So: 2,2 g		So: 1,9 g		So: 3,1 g		So: 2,6 g	

S Energia - A	906,05 kcal	1100,49 kcal	894,16 kcal	1087,57 kcal	808,76 kcal
---------------	-------------	--------------	-------------	--------------	-------------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav

Ebéd rendelés tárgy napot megelőző napon 10 óráig. Lemondás, tárgy napon 6:30 óráig telefonon.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!

37/2014(IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!

intézményvezető-----
élelmezés vezető-----
vezető szakács