



### Heti étlap 2023.09.18. - 2023.09.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00484) Gyermek (15-18 év)</b>	Daragaluska leves, Székelykáposzta, Tejföl 12 %, Félbarna kenyér	Paradicsomleves , Pritaminpaprikás vagdalt, Burgonyapüré , Mongol saláta	Csontleves , Eperlevél, Sárgaborsó főzelék , Lecsós virsli, Alma	Brokkolikrémleves , Rántott halrudacska, Rizibizi , Tartármártás, Napraforgómag	Nyírségi gombócleves, Túrós metélt , Tejföl 12 %										
		Energia: 669,28 Kcal / 2 797,59 KJ	Energia: 874,16 Kcal / 3 653,99 KJ	Energia: 763,84 Kcal / 3 192,85 KJ	Energia: 936,76 Kcal / 3 915,66 KJ	Energia: 941,87 Kcal / 3 937,02 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23,55 g	44,11 g	14,20 g	29,90 g	39,09 g	10,41 g	35,08 g	32,82 g	8,18 g	46,84 g	46,91 g	8,75 g	36,58 g	53,55 g	21,19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		43,72 g	0,03 g	3,83 g	98,73 g	14,17 g	6,84 g	80,86 g	0,05 g	8,52 g	81,40 g	2,05 g	3,02 g	77,11 g	2,23 g	3,83 g

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

