



2022.04.18. - 2022.04.22.

	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej Nyári túrista felvágott Teljeskiőrlésű kenyér Uborka</p> <p>Energia: 243,31 Kcal / 1 017,04 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 17,16 g 5,98 g 2,52 g Szénhidrát Cukor Só 29,92 g 0,00 g 0,67 g 1,7,(6)</p>	<p>Tea Hagymás tojás Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p>Energia: 183,00 Kcal / 764,94 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10,95 g 9,25 g 1,71 g Szénhidrát Cukor Só 42,96 g 14,00 g 1,13 g 1,3</p>	<p>Pudingos tej Májkrem Teljeskiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p>Energia: 297,66 Kcal / 1 244,22 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 13,87 g 6,96 g 2,63 g Szénhidrát Cukor Só 47,21 g 11,22 g 0,97 g 1,7,(6),(10)</p>
Ebéd	<p>Brokkolikrém leves Rántott csirkemell Mexikói rizs Csemege uborka</p> <p>Energia: 704,25 Kcal / 2 943,77 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 29,29 g 30,47 g 5,06 g Szénhidrát Cukor Só 77,35 g 0,02 g 4,53 g 1,3,7,9,10,(6),(12)</p>	<p>Parasztleves Zúza pörkölt Zöldbab főzelék Teljeskiőrlésű kenyér</p> <p>Energia: 529,18 Kcal / 2 211,97 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 23,05 g 20,52 g 4,52 g Szénhidrát Cukor Só 62,14 g 13,01 g 2,26 g 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p>Alföldi májgaluska leves Mákos kalács Alma</p> <p>Energia: 536,77 Kcal / 2 243,70 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 20,74 g 17,67 g 3,77 g Szénhidrát Cukor Só 72,71 g 15,50 g 1,06 g 1,3,7,9,(6),(12)</p>
Uzsonna	<p>Bécsi pereg Alma</p> <p>Energia: 113,98 Kcal / 476,44 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 2,66 g 2,52 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 19,12 g 0,00 g 0,01 g</p>	<p>Tej Briós</p> <p>Energia: 234,07 Kcal / 978,41 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10,41 g 6,22 g 2,95 g Szénhidrát Cukor Só 33,84 g 5,54 g 0,37 g 1,3,7</p>	<p>Padlizsánkrém Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 32,39 Kcal / 135,39 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 5,25 g 2,59 g 0,26 g Szénhidrát Cukor Só 26,42 g 0,00 g 1,11 g 1</p>

Az étlapváltoztatás jogát a nyersanyag beszerzésétől függően fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Kiss Ágnes s.k.

Élelmezésvezető

Juhász Istvánné s.k.

Szakács

Soltész Andrásné s.k.

Dietetikus