Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	**(00001) Felnőtt szociális (19-70év)**	ZÖLDBORSÓ LEVES* [1,3,(6)], CARBONARA SPAGETTI*[1,3,7,(6)]	HENTES TOKÁNY*[1,10, (6,7)], PÁROLT RIZS* (1,6), VEGYES GYÜMÖLCSLEVES *[1,7]	TARHONYA LEVES*[1,3, (6)], LENCSEFŐZELÉK* [1,7,10,(12)], SERTÉS PÖRKÖLT*(1,6)	ZÖLDSÉGLEVES TÉSZTÁVAL*[1,3,(6)], RAKOTT KELKÁPOSZTA*[7,(1)]	PALÓCLEVES*[1,7,(6)], ÍZES BUKTA*[1,3,7,(12)]
		Energia: 851,26 Kcal / 3 558,27 Kj	Energia: 985,88 Kcal / 4 120,98 Kj	Energia: 1 132,71 Kcal / 4 734,73 Kj	Energia: 728,73 Kcal / 3 046,09 Kj	Energia: 1 094,93 Kcal / 4 576,81 Kj
		Fehérje: 35,17 g; Zsír: 30,81 g; T.Zsírsav: 11,11 g	Fehérje: 36,73 g; Zsír: 31,53 g; T.Zsírsav: 9,25 g	Fehérje: 47,26 g; Zsír: 61,20 g; T.Zsírsav: 16,74 g	Fehérje: 38,38 g; Zsír: 36,33 g; T.Zsírsav: 12,66 g	Fehérje: 37,79 g; Zsír: 47,08 g; T.Zsírsav: 16,78 g
		Szénhidrát: 107,39 g; Cukor: 5,06 g; Só: 1,57 g	Szénhidrát: 136,59 g; Cukor: 31,81 g; Só: 0,88 g	Szénhidrát: 97,22 g; Cukor: 10,27 g; Só: 0,81 g	Szénhidrát: 61,16 g; Cukor: 0,05 g; Só: 0,64 g	Szénhidrát: 130,73 g; Cukor: 42,15 g; Só: 0,40 g

Az étlaptervezés jogát fenntartjuk!

FILÓ ÁGNES - .....
Élelmezés vezető