Heti étlap 2026.11.16. - 2026.11.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	**(00009) Felnőtt étkező (19-70)**	DARAGALUSKA LEVES* [1,3,(6,7)], ZÖLDBAB FŐZELÉK[1,7,(6)], SERTÉS APRÓPECSENYE* (1,3,6,7,10,11), KENYÉR [1]	Csirkés rakott tészta* [1,3,7], KARFIOLLEVES* [1,3,(6)]	GOMBALEVES*[1,3,(6)], TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR[1], TEJFÖLÖS BURGONYAFŐZELÉK [1,7,(6)], HÚSPOGÁCSA* [1,3]	RÁNTOTT SERTÉSSZELET*[1,3], PETREZSELYMES BURGONYA*[7], GYÜMÖLCSLÉ, KÁPOSZTA SALÁTA*	BABGULYÁS*[1,3,(6)], HÁZI SAJTOS POGÁCSA *[1,3,7]
		Energia: 1 094,07 Kcal / 4 573,21 Kj	Energia: 871,12 Kcal / 3 641,28 Kj	Energia: 1 243,93 Kcal / 5 199,63 Kj	Energia: 813,91 Kcal / 3 402,14 Kj	Energia: 1 606,98 Kcal / 6 717,18 Kj
		Fehérje: 43,26 g; Zsír: 60,71 g; T.Zsírsav: 13,67 g	Fehérje: 57,32 g; Zsír: 27,49 g; T.Zsírsav: 10,94 g	Fehérje: 48,87 g; Zsír: 55,53 g; T.Zsírsav: 10,74 g	Fehérje: 42,08 g; Zsír: 23,75 g; T.Zsírsav: 8,16 g	Fehérje: 61,53 g; Zsír: 77,49 g; T.Zsírsav: 30,45 g
		Szénhidrát: 92,45 g; Cukor: 0,14 g; Só: 1,31 g	Szénhidrát: 97,76 g; Cukor: 0,06 g; Só: 1,77 g	Szénhidrát: 136,28 g; Cukor: 0,10 g; Só: 2,15 g	Szénhidrát: 107,15 g; Cukor: 15,03 g; Só: 0,83 g	Szénhidrát: 167,90 g; Cukor: 10,22 g; Só: 1,09 g

Az étlaptervezés jogát fenntartjuk!

FILÓ ÁGNES - .....
Élelmezés vezető