

		hétfő	kedd	szerda
Tízórai	(00481) Ovis	Citromos tea ovi, Füstölt-főtt tarja, Delma , Zsemle, tönkölyös[1], Uborka	Kakaó [7,(1)], Kifli[1,7]	Gyümölcstea ovi, Párizsi (1,6,10), Teavaj[7], Tkő. kenyér[1,(3,6,7,8,11,12)], Sárgarépa
		Energia: 212,22 Kcal / 887,08 KJ	Energia: 257,63 Kcal / 1 076,89 KJ	Energia: 242,58 Kcal / 1 013,98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7,83 g 3,05 g 0,84 g	9,83 g 5,73 g 0,61 g	7,04 g 7,35 g 3,12 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00481) Ovis	Daragaluska leves ovi [1,3,9,(4,6,7,12)], Zöldborsófőzelék ovi[1,7], Natúr csirkemell [1,9], Tkő. kenyér[1, (3,6,7,8,11,12)]	Zöldségkrémleves, friss [1,7,9], Levesgyöngy [1,3,7], Frankfurti tokány ovi(1,6,7,10), Párolt rizs ovi, Csemege uborka[10]	Pulykaraguleves ovi[1,9], Burgonya sodalék ovi[1]
		Energia: 601,03 Kcal / 2 512,31 KJ	Energia: 626,56 Kcal / 2 619,02 KJ	Energia: 559,40 Kcal / 2 338,29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		34,47 g 21,18 g 3,44 g	26,23 g 28,61 g 6,94 g	18,71 g 20,00 g 3,06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00481) Ovis	Kalács fonott 500g[1,3,7, (6,8,11,12)], Alma	Májkrém, családi klf. (1,6,10), Zsemle, korpás [1], Retek	Trapista sajt[7,(1)], Delma , Tkő.tönköly spitz [1], Paradicsom
		Energia: 225,68 Kcal / 943,34 KJ	Energia: 197,75 Kcal / 826,60 KJ	Energia: 186,94 Kcal / 781,41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		5,50 g 3,40 g 1,30 g	7,37 g 6,00 g 2,09 g	8,82 g 3,62 g 2,10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		42,00 g 0,32 g 0,41 g	28,58 g 0,00 g 0,87 g	23,41 g 0,00 g 1,47 g
		1,3,7,(6),(8),(11),(12)	1,(6),(10)	1,7

.....
Élelmezésvezető

