

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Ovis	Kakaó [7,(1)], Corn flakes	Tej 1,5% 1l-es[7], Kalács fonott 500g[1,3,7, (6,8,11,12)]	Gyümölcsstea ovi, Mozzarella sajt[7,(1)], Szendvicskrém, zöldfűszeres, Tkó.tönköly spitz[1], Paradicsom	Gyümölcsstea ovi, Kőrözött túró ovi[7], Zsemle, korpás[1], Lilahagyma
		Energia: 243,86 Kcal / 1 019,33 KJ	Energia: 281,00 Kcal / 1 174,58 KJ	Energia: 211,39 Kcal / 883,61 KJ	Energia: 231,83 Kcal / 969,05 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6,85 g 7,57 g 1,58 g	10,98 g 5,61 g 2,78 g	8,45 g 5,61 g 1,46 g	9,67 g 5,47 g 2,15 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		35,93 g 5,00 g 0,00 g	45,75 g 0,38 g 0,68 g	30,79 g 6,99 g 1,37 g	35,80 g 6,99 g 0,74 g
Ebéd	(00481) Ovis	Fokhagymás metéltleves ovi[1,9], Zöldbabfőzelék ovi[1,7], Sertés vagdalt ovi[1,3,9,(6,7,8,11,12)]	BrokkolikréMLEves ovi [1,7,9], Levesgyöngy [1,3,7], Rakott makaróni ovi[1,3,7,9]	Májgaluska leves ovi [1,3,9,(7,8,11)], Rakott burgonya ovi[3,7,(1,6)], Csemege uborka[10]	Sárgaborsó leves ovi [1,9], Tavaszi csirkemell [1,7], Párolt rizs ovi
		Energia: 553,08 Kcal / 2 311,87 KJ	Energia: 587,89 Kcal / 2 457,38 KJ	Energia: 531,32 Kcal / 2 220,92 KJ	Energia: 640,88 Kcal / 2 678,88 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		27,85 g 21,72 g 5,02 g	28,06 g 27,17 g 8,79 g	20,84 g 28,86 g 8,80 g	36,58 g 22,47 g 6,45 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		60,56 g 2,00 g 3,46 g	57,02 g 1,44 g 3,02 g	45,71 g 0,00 g 2,69 g	72,35 g 0,00 g 4,95 g
Uzsonna	(00481) Ovis	Zabfalatok[1, (3,5,6,7,8,11)]	Esterházy sonka, Zsemle, tönkölyös[1], Delma , Paradicsom	Túrós táska[1,7, (3,6,8,11,12)]	Csemege szalámi, Delma , Zsemle[1, (3,6,7,8,11,12)], Jégsaláta
		Energia: 161,77 Kcal / 676,20 KJ	Energia: 172,56 Kcal / 721,30 KJ	Energia: 338,52 Kcal / 1 415,01 KJ	Energia: 219,52 Kcal / 917,59 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3,67 g 8,63 g 2,21 g	7,27 g 4,11 g 1,40 g	6,40 g 5,40 g 2,20 g	6,68 g 5,36 g 0,27 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		17,17 g 0,00 g 0,10 g	25,68 g 0,00 g 0,63 g	64,00 g 1,14 g 0,51 g	32,55 g 0,00 g 1,15 g
		1,(3),(5),(6),(7),(8),(11)	1	1,7,(3),(6),(8),(11),(12)	1,(3),(6),(7),(8),(11),(12)

.....
Élelmezésvezető

