



Heti étlap 2024.11.25. - 2024.11.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek														
Ebéd	(00140) Középisk.étr.15é vtől	Teljes kiőrlésű kenyér, Lebbencsleves 15-18, Sertés pörkölt15-18, Zöldborsófőzelék 15-18	zöldbableves , Rántott sertésszelet, Kukoricás rizs , cékla saláta!	Húsleves*15-18, Főtt sertéshús 15-18, Vadasmártás 15-18, Tészta köret 15-18	Édesburgonya krémleves 15-18, Levesgyöngy 18%, Tarhonyáshús15-18, Káposzta saláta sav.	Sertésragu leves15-18, Túrós-tejfölös tészta 15- 18, Alma**														
		Energia: 767.60 Kcal / 3,208.57 KJ	Energia: 812.83 Kcal / 3,397.63 KJ	Energia: 789.47 Kcal / 3,299.98 KJ	Energia: 348.87 Kcal / 1,458.28 KJ	Energia: 321.40 Kcal / 1,343.45 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav			
		40.58 g	26.95 g	9.53 g		35.12 g	19.56 g	6.66 g		49.33 g	33.11 g	11.79 g		17.98 g	25.15 g	7.70 g		25.31 g	18.28 g	6.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só
87.29 g	0.08 g	0.98 g		123.05 g	0.00 g	0.81 g		71.63 g	5.30 g	0.37 g		23.59 g	0.21 g	0.52 g		22.71 g	0.00 g	0.10 g		

