



Heti étlap 2016.02.29. - 2016.03.04.

		hétfő
Tízórai	(03701) Iskola IV. Menü	Kakaó, Teljes kiőrlésű zsemle, Kígyóuborka, Sajt, lapka, Margarin
		Energia 288,03 Kcal / 1 209,73 Kj
Ebéd	(03701) Iskola IV. Menü	Zöldborsófőzelék , Félbarna kenyér, Csirke pörkölt , Alföldi leves 0,25
		Energia 646,76 Kcal / 2 716,39 Kj

Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
14,13 g	9,32 g	4,06 g

Szénhidrát	Cukor	Só
37,66 g	5,00 g	0,44 g

Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
34,75 g	15,94 g	2,64 g

Szénhidrát	Cukor	Só
89,10 g	5,57 g	2,74 g





Heti étlap 2016.02.29. - 2016.03.04.

		hétfő
Uzsonna	(03701) Iskola IV. Menü	Pulyka felvágott, Vaj, Félbarna kenyér, Újhagyma
		Energia 325,90 Kcal / 1 368,78 KJ
		Fehérje 11,45 g Zsír 16,03 g T.Zsírsv 3,75 g
		Szénhidrát 33,60 g Cukor 0,00 g Só 0,49 g

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

