

Heti étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Ebéd	(00486) Felnőtt (60 év felett)	Karamellizált körteleves[7], Zöldborsós csirkeragu[1], Párolt rizs , Alma			Daragaluska leves [1,3,9], Burgonyafőzelék [1,7], Sertés pörkölt, Teljeskiörlésű kenyér [1]			Babgulyás[1,3,9], Teljeskiörlésű kenyér [1], Barackos gombóc [1], Fahéjas szórás			Sajtkrémleves [1,7], Pirított kenyérkocka[1], Rántott csirkemell [1,3,7], Petrezselymes burgonya , Csemege uborka			Magyaros karfiolleves[1], Bácskai rizseshús			Zöldborsóleves [1,3], Csirkecomb pörkölt, Galuska [1,3]			Zöldségleves[1,9], Székelykáposzta [1,7,(12)]		
		Energia: 1,005.72 Kcal / 4,203.91 KJ			Energia: 994.61 Kcal / 4,157.47 KJ			Energia: 1,186.61 Kcal / 4,960.03 KJ			Energia: 1,011.37 Kcal / 4,227.53 KJ			Energia: 762.09 Kcal / 3,185.54 KJ			Energia: 816.89 Kcal / 3,414.60 KJ			Energia: 647.33 Kcal / 2,705.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		38.31 g	30.86 g	7.90 g	37.41 g	42.82 g	11.78 g	41.47 g	26.44 g	6.88 g	53.60 g	31.34 g	8.43 g	29.63 g	33.28 g	9.61 g	40.51 g	23.76 g	2.88 g	25.93 g	42.54 g	12.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		142.50 g	11.15 g	2.26 g	106.51 g	0.06 g	1.82 g	185.10 g	41.67 g	2.49 g	126.21 g	1.34 g	3.92 g	84.90 g	0.08 g	1.60 g	109.05 g	1.64 g	7.00 g	38.97 g	0.08 g	1.99 g
		1,7			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7			1			1,3			1,7,9,(12)		

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus

