

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00486) Felnőtt (60 év felett)	Bakonyi betyárleves [1,3,7,9], Tejberizs[7], Fahéjas szórás			Erőleves[9], levestészta [1], Zöldborsófőzelék[1,7], Vagdalt [1,3], Teljeskiörlésű kenyér [1]			BrokkolikréMLEves [1,7], Kukoricapehely[1, (6,7,11)], Pincepörkölt, Félbarna kenyér [1], Csalamádé[15,(10,12)]			Lebbencsleves[1,9], Tökfőzelék[1,7], Csirke nuggets[1,(7)], Teljeskiörlésű kenyér [1], Alma			Vegyes gyümölcsleves [1,7], Panírozott halrudak [1,4], Párolt rizs 1/2, Párolt mexikói zöldség 1/2 (7)		
		Energia: 821.57 Kcal / 3,434.16 Kj			Energia: 905.14 Kcal / 3,783.49 Kj			Energia: 874.81 Kcal / 3,656.71 Kj			Energia: 900.75 Kcal / 3,765.14 Kj			Energia: 953.76 Kcal / 3,986.72 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		37.51 g	18.13 g	6.89 g	51.52 g	25.54 g	4.68 g	43.34 g	22.53 g	5.84 g	20.23 g	26.17 g	3.67 g	25.54 g	27.40 g	8.80 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		127.30 g	41.54 g	0.84 g	109.40 g	3.92 g	2.50 g	121.94 g	7.11 g	2.17 g	117.60 g	0.80 g	2.03 g	120.43 g	8.99 g	2.50 g
		1,3,7,9			1,3,7,9			1,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,7,9			1,4,7		

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus

