Heti étlap 2026.11.16. - 2026.11.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Ebéd	**(00486) Felnőtt (60 év felett)**	Sajtkrémleves [1,7], Pirított kenyérkocka[1], Hentestokány[1,7], Párolt rizs	lebbencsleves [1,3,9], Finomfőzelék [1,7], Vagdalt [1,3], Alma	Frankfurti leves [1,7], Teljeskiörlésű kenyér [1], Szilvás gombóc[1], Fahéjas szórás	Erőleves[9], levestészta[1], Lencsefőzelék [1,7,10,(12)], Sült karaj, Teljeskiörlésű kenyér [1]	Tojásleves[1,3], Tarhonyáshús[1], Céklasaláta[15]	Csontleves[9], Székelykáposzta [1,7,(12)], Félbarna kenyér [1]	Paradicsomleves [1,3,9], Fokhagymás tarjaszelet[1], Hagymás törtburgonya
		Energia: 1,007.65 Kcal / 4,211.98 Kj	Energia: 924.22 Kcal / 3,863.24 Kj	Energia: 1,204.18 Kcal / 5,033.47 Kj	Energia: 966.73 Kcal / 4,040.93 Kj	Energia: 859.76 Kcal / 3,593.80 Kj	Energia: 769.85 Kcal / 3,217.97 Kj	Energia: 877.02 Kcal / 3,665.94 Kj
		Fehérje: 43.92 g; Zsír: 37.20 g; T.Zsírsav: 11.57 g	Fehérje: 44.02 g; Zsír: 26.51 g; T.Zsírsav: 5.63 g	Fehérje: 35.08 g; Zsír: 32.74 g; T.Zsírsav: 7.32 g	Fehérje: 56.00 g; Zsír: 34.67 g; T.Zsírsav: 6.71 g	Fehérje: 35.68 g; Zsír: 36.11 g; T.Zsírsav: 9.97 g	Fehérje: 30.67 g; Zsír: 44.40 g; T.Zsírsav: 12.01 g	Fehérje: 27.74 g; Zsír: 35.18 g; T.Zsírsav: 8.04 g
		Szénhidrát: 122.98 g; Cukor: 0.32 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 124.30 g; Cukor: 6.41 g; Só: 2.71 g	Szénhidrát: 183.80 g; Cukor: 41.67 g; Só: 3.01 g	Szénhidrát: 100.31 g; Cukor: 1.63 g; Só: 2.50 g	Szénhidrát: 96.72 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.13 g	Szénhidrát: 60.26 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 109.90 g; Cukor: 12.61 g; Só: 4.11 g
		1,7	1,3,7,9	1,7	1,7,9,10,(12)	1,3,15	1,7,9,(12)	1,3,9

. . . . . Élelmezésvezető

. . . . . Dietetikus