

Heti étlap 2026.07.20. - 2026.07.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00500) Felnőtt menü	Babgulyás[1,9], Császármorzsza[1,3,7], Epermártás(12)	Reszelt tésztaleves[1], Tökfőzelék [1,7], Sertés pörkölt	Magyaros burgonyaleves [1,9], Majorannás tokány [1], Tészta köret durum[1], Gyümölcs	Köménymag leves[1], Pirított magvas kenyérkocka[1], Paradicsomos káposzta [1], Vagdalt pogácsa süt. sütve[1,3]	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Rántott csirkemell [1,3], Petrezselymes burgonya, Uborka saláta
		Energia: 1,275.68 Kcal / 5,332.34 KJ	Energia: 701.83 Kcal / 2,933.65 KJ	Energia: 836.36 Kcal / 3,495.98 KJ	Energia: 773.57 Kcal / 3,233.52 KJ	Energia: 1,197.50 Kcal / 5,005.55 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		43.02 g 42.31 g 3.58 g	32.71 g 34.67 g 7.41 g	35.58 g 25.17 g 3.64 g	32.27 g 32.72 g 5.14 g	37.94 g 63.50 g 9.72 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		178.11 g 5.99 g 1.60 g	71.18 g 0.00 g 1.68 g	120.43 g 2.00 g 1.44 g	89.17 g 19.98 g 2.34 g	115.33 g 16.33 g 1.89 g
		1,3,7,9,(12)	1,7	1,9	1,3	1,3,7

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető