

Heti étlap 2026.03.16. - 2026.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00505) Fehérvár 15-18	Reszelt tészta leves [1,3,9], Hentes tokány [10,15,(1)], Párolt rizs	Olasz zöldségleves [9], Burgonyafőzelék [1,7], Sertés pörkölt, Gyümölcs	Fokhagyma krémleves [1,7,9], Pirított zsemlekocka[1], Vadas csirketokány [1,7,10,(12)], Tészta köret [1]	Tarhonyaleves [1,3], Finomfőzelék [1,7], Főtt tojás [3], Gyümölcs, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Halgulyás[1,3,4,9], Darásmetélt [1], Barackíz (12), Gyümölcs										
		Energia: 888.97 Kcal / 3,715.89 KJ		Energia: 919.75 Kcal / 3,844.56 KJ		Energia: 770.70 Kcal / 3,221.53 KJ		Energia: 665.69 Kcal / 2,782.58 KJ		Energia: 993.15 Kcal / 4,151.37 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.68 g	43.80 g	9.67 g	29.46 g	59.24 g	14.58 g	32.40 g	32.66 g	7.62 g	27.93 g	28.78 g	6.20 g	27.86 g	26.72 g	3.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		96.00 g	0.15 g	7.06 g	65.41 g	0.20 g	3.52 g	85.74 g	3.00 g	4.92 g	72.24 g	0.06 g	4.66 g	158.19 g	35.70 g	2.33 g
		1,3,9,10,15			1,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,7			1,3,4,9,(12)		

Benkovics Titanilla
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

