

Heti étlap 2026.05.18. - 2026.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00505) Fehérvár 15-18	Magyaros karfiollevés[9], Borsos csirketokány , Tészta köret [1], Gyümölcs			Csurgatott tojás leves [1,3], Sárgaborsó főzelék [1], Pulyka pörkölt, Gyümölcs			Erőlevés[9,(1)], Cénametélt[1], Búbos karaj[7,(1,6)], Rizi-bizi 15- 18, Mongol saláta[15,(12)]			Tejfölös zöldbableves [1,7,9], Paprikásburgonya (1,6,7,10), Céklasaláta [15], Teljes kiőrlésű kenyér[1]			Halgulyás[1,3,4,9], Meggytöltelékes nudli [1,3,7,(6,8,9,10,11)], Porcukor, Teljes kiőrlésű kenyér[1]		
		Energia: 647.78 Kcal / 2,707.72 KJ			Energia: 694.21 Kcal / 2,901.80 KJ			Energia: 760.69 Kcal / 3,179.68 KJ			Energia: 712.21 Kcal / 2,977.04 KJ			Energia: 1,096.36 Kcal / 4,582.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		33.77 g	24.82 g	3.50 g	42.14 g	25.59 g	4.10 g	40.96 g	36.06 g	11.20 g	19.34 g	37.45 g	10.23 g	27.46 g	33.00 g	5.84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
71.26 g	0.04 g	3.85 g	72.83 g	0.05 g	4.68 g	67.04 g	0.93 g	11.47 g	66.33 g	11.16 g	4.67 g	162.29 g	15.04 g	3.24 g		
1,9			1,3			1,7,9,15,(6),(12)			1,7,9,15,(6),(10)			1,3,4,7,9,(6),(8),(10),(11)				

Benkovics Titanilla
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

