



Heti étlap 2025.09.15. - 2025.09.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00505) Fehérvár 15-18	Paradicsomleves [1,9], Tejszínes tészta csirkemellel[1,7,(12)]			Almaleves [1,7], Paprikásburgonya virslivel (1,6,7,10), Céklasaláta [15]			Csontleves [9,(1)], Cérnametélt[1], Sárgaborsó főzelék [1], Vagdalt[1,3,(7)], Gyümölcs			BrokkolikréMLEves [1,7], Napraforgómag, Rántott halrudacska[1,3,4, (2,6,7,9,10)], Rizi-bizi , Tartármártás[3,7,10, (1,12)]			Nyírségi gombócleves [1,7,9], Mákos nudli[1]		
		Energia: 694,17 Kcal / 2 901,63 KJ			Energia: 649,22 Kcal / 2 713,74 KJ			Energia: 855,18 Kcal / 3 574,65 KJ			Energia: 878,46 Kcal / 3 671,96 KJ			Energia: 1 029,28 Kcal / 4 302,39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		32,49 g	23,27 g	7,44 g	14,97 g	30,65 g	9,42 g	42,55 g	33,91 g	8,72 g	44,60 g	42,01 g	8,75 g	28,70 g	47,22 g	10,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		87,81 g	12,58 g	1,95 g	70,84 g	29,70 g	3,38 g	93,67 g	0,05 g	9,10 g	80,16 g	2,05 g	3,02 g	120,16 g	22,54 g	2,22 g
1,7,9,(12)			1,7,15,(6),(10)			1,3,9,(7)			1,3,4,7,10,(2),(6),(9),(12)			1,7,9				

Zólyominé Hetesi Andrea

Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

