



Heti étlap 2022.10.03. - 2022.10.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00089) Savio Iskolai dolgozók	Karfiolleves mir. A menü, Sült pulyka comb, Párolt rizsköret 100g.* , Befőtt Kf.*	Gulyásleves , Túrós metélt*, Alma *	Zöldborsóleves mir.*, Sertés karaj bac.lilah.ragu , Burgonya petr. 350 gr*	Francia hagymaleves, Burgonya főzelék, Vagdalt * , Pöffeteg keksz	Csirkepörkölt*, Tészta köret (klf.) 100g x, Erdei gyümölcsleves rögz.										
		Energia: 961,22 Kcal / 4 017,90 KJ	Energia: 1 329,43 Kcal / 5 557,02 KJ	Energia: 1 014,77 Kcal / 4 241,74 KJ	Energia: 1 437,85 Kcal / 6 010,21 KJ	Energia: 1 125,21 Kcal / 4 703,38 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		44,35 g	36,39 g	7,23 g	44,72 g	73,10 g	23,35 g	45,02 g	73,17 g	20,62 g	44,10 g	76,67 g	21,36 g	69,80 g	27,41 g	5,06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		114,38 g	14,60 g	9,29 g	120,63 g	0,00 g	5,73 g	86,71 g	0,00 g	7,01 g	154,12 g	21,78 g	8,88 g	147,39 g	39,96 g	5,19 g
																

Fodor Mihály

Szabó Orsolya

Nagy Mónika

.....
Élelmezési

osztályvezető

.....
Vezető

.....
Gazdaságvezető

dietetikus

