



Heti étlap 2023.04.17. - 2023.04.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00394) Vegetáriánus	Brassói aprópecsenye burgonyával VEGA, Csurgatott tojásleves	Rántott gomba, Párolt barnarizs, Tarhonyaleves	Sztroganoff ragu tofuval, Fahéjas almaleves, Tészta köret	Karalábéleves, Rántott brokkoli, Tepsisburgonya, Párolt zöldségköret	Hamisgulyás , Carbonare ragu, Tészta köret
		Energia: 654.45 Kcal / 2,735.60 Kj	Energia: 702.25 Kcal / 2,935.41 Kj	Energia: 557.11 Kcal / 2,328.72 Kj	Energia: 1,030.91 Kcal / 4,309.20 Kj	Energia: 710.60 Kcal / 2,970.31 Kj
		Fehérje 31.18 g Zsír 19.33 g T.Zsírsvav 0.36 g	Fehérje 16.52 g Zsír 13.57 g T.Zsírsvav 0.02 g	Fehérje 21.33 g Zsír 17.75 g T.Zsírsvav 2.18 g	Fehérje 33.01 g Zsír 52.24 g T.Zsírsvav 0.98 g	Fehérje 38.70 g Zsír 11.59 g T.Zsírsvav 0.39 g
		Szénhidrát 81.99 g Cukor 0.00 g Só 3.15 g	Szénhidrát 128.69 g Cukor 0.00 g Só 0.29 g	Szénhidrát 79.60 g Cukor 0.52 g Só 1.10 g	Szénhidrát 110.23 g Cukor 0.00 g Só 4.04 g	Szénhidrát 110.79 g Cukor 0.48 g Só 0.41 g

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

