

LE TIL ART KFT FŐZŐKONYHA

Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00021) Korányi Felső (11-14)	Kakaó 11-14, Zsemle, korpás, Paradicsom kg, Vajkrém kg, metélőhagymás			Tej UHT 1,5% 1l-es, Kopé-szerencse szelet, Margarin Light, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka(kígyó)			Tejeskávé 11-14, Krémtúró vaníliás, Háztartási keksz			Tej UHT 1,5% 1l-es, Magyorkrém kg, Félbarna kenyér			Citromos tea 11-14, Főtt tojás 11-14, Margarin Light, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldpaprika		
		Energia: 387,51 Kcal / 1 619,79 KJ			Energia: 223,27 Kcal / 933,27 KJ			Energia: 292,87 Kcal / 1 224,20 KJ			Energia: 246,63 Kcal / 1 030,91 KJ			Energia: 228,96 Kcal / 957,05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14,15 g	16,61 g	7,96 g	12,54 g	10,34 g	3,67 g	14,17 g	8,00 g	4,05 g	11,95 g	11,61 g	2,96 g	11,00 g	15,44 g	4,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44,90 g	6,99 g	0,57 g	13,28 g	0,01 g	0,15 g	40,50 g	12,25 g	0,04 g	27,82 g	8,40 g	0,41 g	14,54 g	10,99 g	0,22 g		
1,7			1,7,(6)			1,7,(3),(5),(6),(12)			1,6,7,8			1,3,(7)				
Ebéd	(00021) Korányi Felső (11-14)	Bácskai rizseshús 11-14, Ószi barckbefőtt, diabetikus, Zöldségleves 11-14			Lebbencsleves 11-14, Zöldborsófőzelék 11-14, Teljes kiőrlésű kenyér, Fokhagymás sertéssült 11-14			Gyümölcsleves 11-14, Paprikásburg kol. 11-14, Vegyesvágott-vitamin saláta			Paradicsom leves 11-14, Natúr csirkemell 11-14, Rizi-bizi 11-14, Csemege uborka			Babgulyás 11-14, Túrós batyú, Alma		
		Energia: 932,70 Kcal / 3 898,69 KJ			Energia: 1 164,54 Kcal / 4 867,78 KJ			Energia: 908,91 Kcal / 3 799,24 KJ			Energia: 911,05 Kcal / 3 808,19 KJ			Energia: 980,97 Kcal / 4 100,45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27,27 g	39,96 g	9,48 g	59,99 g	49,27 g	9,97 g	20,23 g	28,80 g	9,08 g	41,65 g	33,56 g	3,97 g	42,26 g	46,53 g	12,39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114,32 g	0,05 g	3,77 g	121,40 g	13,05 g	4,61 g	139,91 g	20,50 g	2,91 g	109,53 g	8,05 g	1,24 g	96,53 g	0,00 g	4,42 g		
1,3,9,15			1,3,7			1,7,(6),(12)			1,3,9,10			1,7,9,(3),(6),(12)				
Uzsonna	(00021) Korányi Felső (11-14)	Gépsonka, Margarin Light, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldpaprika			Sajtos stangli, Joghurt poharas, Jégcsap retek kg			Kenőmájás, Zsemle, Paradicsom kg			Sajtos Tavaszi felvágott, Zsemle, teljeskiőrlésű, Lilahagyma, Margarin Light			Vajkrém kg, magyaros, Zsemle, Uborka(kígyó)		
		Energia: 164,79 Kcal / 688,82 KJ			Energia: 99,46 Kcal / 415,74 KJ			Energia: 303,16 Kcal / 1 267,21 KJ			Energia: 320,61 Kcal / 1 340,15 KJ			Energia: 255,24 Kcal / 1 066,90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,37 g	12,77 g	3,62 g	3,53 g	3,56 g	1,80 g	13,05 g	14,28 g	6,48 g	11,70 g	17,91 g	6,59 g	5,85 g	12,39 g	5,93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3,28 g	0,00 g	0,41 g	13,09 g	6,50 g	0,37 g	30,25 g	0,00 g	1,78 g	27,72 g	2,40 g	0,76 g	29,78 g	0,00 g	0,40 g		
1,(6),(7)			1,7,(3),(6)			1,(6),(10)			1,7,(6)			1,7				

Bittmann Mária
Élelmezésvezető

Sorosinszki Katalin
Vezető dietetikus

Pál Krisztina
Gazdaságvezető