

LE TIL ART KFT FŐZŐKONYHA

Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00020) Korányi Alsó (7-10)	Tej UHT 1,5% 1l-es, Baromfi párizsi, Margarin Light, Teljes kiőrlésű kenyér			Karamellás tej 7-10, Kifli, kakaós			Kakaó 7-10, Főtt virsli, mustárral 7-10, Félbarna kenyér, Zöldpaprika			Citromos tea 7-10, Bundás kenyér 7-10, Paradicsom kg			Halkrém 7-10, Tej UHT 1,5% 1l-es, Zsemle, teljeskiőrlésű, Lillahagyma		
		Energia: 249,18 Kcal / 1 041,57 KJ			Energia: 354,26 Kcal / 1 480,81 KJ			Energia: 358,11 Kcal / 1 496,90 KJ			Energia: 278,55 Kcal / 1 164,34 KJ			Energia: 470,32 Kcal / 1 965,94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14,85 g	16,63 g	5,33 g	14,86 g	4,97 g	2,35 g	22,27 g	20,24 g	7,85 g	9,05 g	22,44 g	2,89 g	21,37 g	22,53 g	6,41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
13,10 g	0,00 g	0,45 g	62,10 g	22,98 g	0,56 g	25,84 g	9,59 g	0,29 g	14,41 g	9,99 g	2,14 g	44,55 g	2,40 g	0,48 g		
1,7,(6),(10)			1,7			1,7,10,(6),(12)			1,3			1,3,4,7,9,10,(12)				
Ebéd	(00020) Korányi Alsó (7-10)	Darásmetélt ízzel 7-10, Alma, Karalábéleves 7-10			Lebbencsleves 7-10, Zöldbabfőzelék 7-10, Fasírt 7-10			Gulyásleves 7-10, Alma, Tejbedara szórattal 7-10			Gyümölcsleves 7-10, Sertés pörkölt 7-10, Párolt rizs, mexikói 7-10, Trappista sajt			Zöldborsóleves 7-10, Sajtós-tejfölös tészta 7-10		
		Energia: 633,64 Kcal / 2 648,62 KJ			Energia: 821,94 Kcal / 3 435,71 KJ			Energia: 625,73 Kcal / 2 615,55 KJ			Energia: 821,78 Kcal / 3 435,04 KJ			Energia: 612,95 Kcal / 2 562,13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15,32 g	21,10 g	3,49 g	28,70 g	42,04 g	8,65 g	27,86 g	14,68 g	4,70 g	33,45 g	27,81 g	11,17 g	21,13 g	24,76 g	6,70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94,56 g	13,34 g	2,75 g	81,33 g	0,09 g	2,50 g	94,25 g	12,05 g	0,21 g	108,09 g	11,02 g	3,79 g	75,65 g	0,06 g	2,51 g		
1,3,7,(12)			1,3,7,(6)			1,3,7,9			1,7			1,7,9				
Uzsonna	(00020) Korányi Alsó (7-10)	Főtt tojás 7-10, Margarin Light, Kifli rozsos, Paradicsom kg			Vajkrém kg, natur, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldpaprika			Trappista sajt reszelt, Margarin Light, Zsemle, teljeskiőrlésű, Jégcsap retek kg			Kockasajt 8 db-os, Kifli teljes kiőrlésű, Uborka(kígyó)			Müzsizet, gyümölcsös, Banán		
		Energia: 351,34 Kcal / 1 468,60 KJ			Energia: 134,38 Kcal / 561,71 KJ			Energia: 271,14 Kcal / 1 133,37 KJ			Energia: 190,98 Kcal / 798,30 KJ			Energia: 172,15 Kcal / 719,59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,73 g	16,44 g	4,22 g	5,86 g	12,14 g	5,84 g	11,68 g	13,43 g	5,54 g	9,08 g	5,81 g	3,04 g	3,29 g	1,83 g	0,48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36,71 g	0,00 g	0,15 g	3,64 g	0,00 g	0,08 g	25,56 g	0,00 g	0,55 g	25,36 g	0,00 g	1,13 g	35,11 g	3,00 g	0,05 g		
1,3,(7)			1,7			1,7			1,7			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)				

Bittmann Mária
Élelmezésvezető

Sorosinszki Katalin
Vezető dietetikus

Pál Krisztina
Gazdaságvezető