

Heti étlap: 2024.07.15. - 2024.07.21. 1 / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Önkormányzati Konyha, Zirc

	2024.07.15. hétfő	2024.07.16. kedd	2024.07.17. szerda	2024.07.18. csütörtök	2024.07.19. péntek	2024.07.20. szombat
Ebéd	Zöldborsó főzelék Pápai húspogácsa Kenyér Kakaós szelet	Tárkonyos sertésragu leves Gránátos kocka Őszibarack	Húsleves Gyümölcsmártás Főtt hús Piritott dara	Rántott leves Rántott hal Párolt rizs Tartármártás	Gombaleves Pizza Dinnye	
Tápérték össz.	En: 3928 kj /935 kc Fehérje: 39,7 gr Szh.: 123,4 gr Cuk:15,5gr Só:4,1 gr Zsír:30,2 grTzs:5,6 gr Kalc:161,4 gr	En: 5055 kj /1204 kc Fehérje: 45,6 gr Szh.: 93,5 gr Cuk:3,9gr Só:1,9 gr Zsír:48,7 grTzs:22,2 gr Kalc:107,28 gr	En: 3396 kj /809 kc Fehérje: 41,3 gr Szh.: 92 gr Cuk:20,3gr Só:3 gr Zsír:29 grTzs:10,4 gr Kalc:112,44 gr	En: 3678 kj /876 kc Fehérje: 23,9 gr Szh.: 119 gr Cuk:3,9gr Só:3,4 gr Zsír:35,9 grTzs:17,1 gr Kalc:54,74 gr	En: 1764 kj /420 kc Fehérje: 17,8 gr Szh.: 78,5 gr Cuk:2,4gr Só:1,6 gr Zsír:5,2 grTzs:2,9 gr Kalc:127,92 gr	
Allergén össze-tevők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szezám-mag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezám-mag	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szezám-mag, Szulfitok	Glutén, Tojás, Hal, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szezám-mag, Szulfitok	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: