

2018.10.22. - 2018.10.26

<i>Hétfő</i> 2018.10.22.	<i>Kedd</i> 2018.10.23	<i>Szerda</i> 2018.10.24	<i>Csütörtök</i> 2018.10.25	<i>Péntek</i> 2018.10.26
-----------------------------	---------------------------	-----------------------------	--------------------------------	-----------------------------

3 Ebéd

		Fejttettableves (Móra) 236 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 985 Kj	Zöldséges árpagyögye leves(Móra) 147 Kcal A:=(Glutén, Zeller, Tojás, Tej, Mustár,) 614 Kj	Brokkolikrém leves (Móra) 204 Kcal A:=(Tej, Glutén, Tojás, Zeller, Mustár,) 854 Kj
		Milánói makaróni (Móra) 605 Kcal A:=(Glutén, Tojás,) 2530 Kj	Burgonya főzelék (Móra) 319 Kcal A:=(Glutén, Tej, Tojás, Zeller, Mustár,) 1334 Kj	Sült csirkecomb (Móra) 97 Kcal A:=(405 Kj
		Alma (Móra) 31 Kcal A:=(130 Kj	Sertésfasírt (Móra) 250 Kcal A:=(Glutén, Tojás,) 1047 Kj	Rizi-bizi (Móra) 350 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 1465 Kj
				Vegyesvágott (Móra) 35 Kcal A:=(Mustár,) 148 Kj

Energia	0,0 Kj	0,0 Kj	3645,1 Kj	2995,3 Kj	2871,3 Kj
Energia	0,0 Kcal	0,0 Kcal	872,0 Kcal	716,6 Kcal	686,9 Kcal
Zsír	0,000 g	0,000 g	22,536 g	31,808 g	24,903 g
Fehérje	0,000 g	0,000 g	35,969 g	26,828 g	25,721 g
Szénhidrát	0,000 g	0,000 g	125,825 g	75,402 g	84,927 g
Só	0,000 g	0,000 g	4,044 g	3,691 g	4,385 g
Cukor	0,000 g	0,000 g	10,318 g	0,742 g	3,294 g
Koleszterin	0,000 g	0,000 g	75,721 g	123,168 g	15,000 g
Telített zsír	0,000 g	0,000 g	3,084 g	4,565 g	5,314 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g