

2018.05.21. - 2018.05.25

<i>Hétfő</i> 2018.05.21.	<i>Kedd</i> 2018.05.22	<i>Szerda</i> 2018.05.23	<i>Csütörtök</i> 2018.05.24	<i>Péntek</i> 2018.05.25
------------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	---------------------------------------	------------------------------------

3 Ebéd

	Tárkonyos burgonya leves (Móra) 174 Kcal 727 Kj A:=(Tej, Glutén, Tojás, Zeller, Mustár,)	Gyümölcsleves (Móra) 177 Kcal 739 Kj A:=(Tej, Glutén,)	Grízgaluska leves (Móra) 173 Kcal 723 Kj A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,)	Fejttbabgulyás (Móra) 337 Kcal 1407 Kj A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,)
	Rakott bulguros karfiol (Móra) 536 Kcal 2241 Kj A:=(Tej, Glutén, Tojás, Zeller, Mustár,)	Csöbenschütt csirkemell (Móra) 388 Kcal 1623 Kj A:=(Tej, Glutén, Tojás,)	Paradicsomos káposzta főzelék (Móra) 311 Kcal 1301 Kj A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,)	Tejberizs (Móra) 446 Kcal 1863 Kj A:=(Tej,)
		Burgonyapüré (Móra) 250 Kcal 1045 Kj A:=(Tej,)	Pulyka pörkölt (Móra) 258 Kcal 1076 Kj A:=()	
		Uborka saláta (Móra) 47 Kcal 195 Kj A:=()	Alma (Móra) 31 Kcal 130 Kj A:=()	

Energia	0,0 Kj	2968,4 Kj	3602,1 Kj	3230,5 Kj	3269,6 Kj
Energia	0,0 Kcal	710,2 Kcal	861,8 Kcal	772,8 Kcal	782,2 Kcal
Zsír	0,000 g	28,124 g	34,814 g	38,357 g	20,494 g
Fehérje	0,000 g	28,374 g	49,635 g	44,003 g	37,549 g
Szénhidrát	0,000 g	81,666 g	89,090 g	81,888 g	106,442 g
Só	0,000 g	4,074 g	3,340 g	3,281 g	1,544 g
Cukor	0,000 g	0,530 g	18,000 g	20,583 g	17,318 g
Koleszterin	0,000 g	34,816 g	120,710 g	131,100 g	93,405 g
Telített zsír	0,000 g	3,195 g	9,367 g	3,752 g	4,499 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g