

**Heti étlap: 2022.07.25. - 2022.07.31. 1 / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

Önkormányzati Konyha, Zirc

	2022.07.25. hétfő	2022.07.26. kedd	2022.07.27. szerda	2022.07.28. csütörtök	2022.07.29. péntek	2022.07.30. szombat
<b>Ebéd</b>	Tavaszi Zöldségleves Babfőzelék Kenyér Sertéspörkölt	Gombaleves Brassói aprópecsenye Burgonya főtt	Palócleves Darás tészta	Paradicsomleves Vagdalt pogácsa Sárgarépás rizs	Karfiolleves Langalló	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4432 kj /1055 kc Fehérje: 49,9 gr Szh.: 101,7 gr Cuk:1,9gr Só:3,3 grZsír:44 grTzs:2,6 gr Kalc:137,3 gr	En: 3078 kj /733 kc Fehérje: 38,3 gr Szh.: 73,3 gr Cuk:1,1gr Só:1,8 grZsír:35 grTzs:0,1 gr Kalc:110,2 gr	En: 5696 kj /1356 kc Fehérje: 44,2 gr Szh.: 115,6 gr Cuk:50,1gr Só:2 grZsír:30,9 grTzs:3 gr Kalc:158,1 gr	En: 4532 kj /1079 kc Fehérje: 45,3 gr Szh.: 140,3 gr Cuk:12gr Só:2,6 grZsír:31,6 grTzs:0,7 gr Kalc:72 gr	En: 3968 kj /945 kc Fehérje: 24,6 gr Szh.: 114,6 gr Cuk:6,8gr Só:2,2 grZsír:41,4 grTzs:13,8 gr Kalc:286,32 gr	
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám, Szulfidok	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezám, Szulfidok	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezám, Szulfidok	Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezám	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szulfidok	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: