

## Heti étlap

3. hét (2018.01.15 - 2018.01.21)			01 - Dolgozói normál ebéd
2018.01.15 Hétfő	Ebéd	(ACIM) Zöldségleves reszelt tésztával (AGM) Sült virsli (AM) Sárgaborsó főzelék	Sótartalom: 1.50 g, Energia: 841.01 Kcal, Fehérje: 47.89 g, Zsír: 37.15 g, Szénhidrát: 72.07 g
2018.01.16 Kedd	Ebéd	(AIM) Zöldséges brokkolileves (M) Majorannás sertés tokány Főtt burgonya	Sótartalom: 4.50 g, Energia: 719.79 Kcal, Fehérje: 38.73 g, Zsír: 25.36 g, Szénhidrát: 81.75 g
2018.01.17 Szerda	Ebéd	(AIM) Sertésgulyásleves (ACM) Grízes tészta Gyümölcs öntet, erdei	Sótartalom: 1.50 g, Energia: 843.12 Kcal, Fehérje: 30.68 g, Zsír: 23.75 g, Szénhidrát: 122.08 g
2018.01.18 Csütörtök	Ebéd	(ACI) Hajdú leves (AGM) Erdélyi rakott káposzta	Sótartalom: 1.50 g, Energia: 619.19 Kcal, Fehérje: 26.55 g, Zsír: 35.42 g, Szénhidrát: 43.37 g
2018.01.19 Péntek	Ebéd	(ACM) Csirkemájás húisleves (ACM) Húsgombóc (AM) Paradicsommártás	Hozzáadott cukor: 30.00 g, Sótartalom: 5.50 g, Energia: 855.20 Kcal, Fehérje: 36.91 g, Zsír: 35.94 g, Szénhidrát: 88.78 g
2018.01.20 Szombat	Ebéd	(AIM) Magyaros zöldbableves (ACIM) Rakott szelet (zöldséges) (GM) Burgonyapüré p.	Sótartalom: 0.50 g, Energia: 829.76 Kcal, Fehérje: 37.42 g, Zsír: 38.22 g, Szénhidrát: 69.02 g
2018.01.21 Vasárnap	Ebéd	(ACIM) Erőleves csigatésztával (GM) Tejszínes csirkeragu (ACM) Tészta	Sótartalom: 4.00 g, Energia: 753.68 Kcal, Fehérje: 39.75 g, Zsír: 26.84 g, Szénhidrát: 82.22 g

A konyha az étlap változtatásának jogát fenntartja! Árak: normál: 535 Ft, reform: 595 Ft

A - Glutén, B - Rákfélék, C - Tojás, D - Halak, E - Földimogyoró, F - Szójabab, G - Tej, H - Diófélék, I - Zeller, J - Mustár, K - Szezám, L - Kén-dioxid, M - Csillagfűt, N - Puhatestűk

*[Handwritten signature]*

Készítette

*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]*

Engedélyezte

*[Handwritten signature]*

Készült

## Heti étlap

**3. hét (2018.01.15 - 2018.01.21)**

**02 - Reform ebéd**

<b>2018.01.15</b> Hétfő	Ebéd	(ACIM) Zöldségleves reszelt tésztával (AJM) Mustáros szelet (M) Kakukkfűves rizs	Sótartalom: 1.50 g, Energia: 719.70 Kcal, Fehérje: 34.83 g, Zsír: 27.10 g, Szénhidrát: 76.66 g
<b>2018.01.16</b> Kedd	Ebéd	(AIM) Zöldséges brokkolileves (AM) Natúr pulyka (G) Vitaminsaláta (fejeskáposzta, retek, cékla, répa)	Sótartalom: 1.00 g, Energia: 391.82 Kcal, Fehérje: 39.43 g, Zsír: 12.55 g, Szénhidrát: 29.00 g
<b>2018.01.17</b> Szerda	Ebéd	(AIM) Magyaros burgonyaleves (ACM) Vagdalt rúdiban (AG) Kelbimbó főzelék	Sótartalom: 1.00 g, Energia: 589.83 Kcal, Fehérje: 34.36 g, Zsír: 20.64 g, Szénhidrát: 62.39 g
<b>2018.01.18</b> Csütörtök	Ebéd	(ACI) Hajdú leves (AM) Natúr szelet (GJM) Joghurtos-kapros kukoricasaláta	Sótartalom: 2.50 g, Energia: 1048.01 Kcal, Fehérje: 44.74 g, Zsír: 34.78 g, Szénhidrát: 59.97 g
<b>2018.01.19</b> Péntek	Ebéd	(ACIM) Csontleves (M) Csirkecsíkok (AGM) Kúszkusz cukkinivel, fetával	Sótartalom: 1.90 g, Energia: 581.04 Kcal, Fehérje: 41.00 g, Zsír: 18.96 g, Szénhidrát: 57.39 g

A konyha az étlap változtatásának jogát fenntartja! Árak: normál: 535 Ft, reform: 595 Ft

A - Glutén, B - Rákfélék, C - Tojás, D - Halak, E - Földimogyoró, F - Szójabab, G - Tej, H - Diófélék, I - Zeller, J - Mustár, K - Szezám, L - Kén-dioxid, M - Csillagfűt, N - Puhatestűek

*[Handwritten signature]*

Készítette

*[Handwritten signature]*

Engedélyezte

118 - jan - 02.

Készült