

Heti étlap 2020.09.28. - 2020.10.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00545) Gimnázium Komló	Ebéd	Burgonyaleves , Vagdalt , Tökfőzelék , Teljes kiórlésű kenyér	Daragaluskaleves, Halfilé bakonyi módra, Bulgur, Szőlő	Fokhagymakrém leves, Brassói aprópecsenye, Uborka saláta	Paradicsom leves , Majorannás csirkecomb, Kukoricás rizs, Káposzta saláta	Májgaluska leves , Kelt meggyes-máros rétes , Alma										
		Energia: 1 050,42 Kcal / 4 390,76 KJ	Energia: 874,90 Kcal / 3 657,08 KJ	Energia: 853,09 Kcal / 3 565,92 KJ	Energia: 867,43 Kcal / 3 625,86 KJ	Energia: 1 060,67 Kcal / 4 433,60 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34,84 g	49,77 g	12,49 g	34,63 g	34,05 g	6,84 g	32,99 g	44,37 g	14,12 g	36,38 g	21,96 g	3,13 g	38,87 g	33,62 g	7,52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		104,06 g	1,29 g	3,63 g	110,17 g	0,09 g	3,11 g	78,42 g	6,40 g	3,94 g	130,22 g	25,63 g	3,67 g	138,20 g	30,61 g	2,05 g
																

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!