






Heti étlap 2022.09.19. - 2022.09.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00001) Felnőtt A menü 19-69	Daragaluska leves, Bolognai spagetti, Szilva	Zöldbableves , Natúr csirkemell sajt mártással, Párolt rizs	Citromos szárnyasragu leves , Darás tészta baracklekvárral, Alma	Gombaleves, Burgonyafőzelék, Sült virslis, Teljes kiőrlésű kenyér	Bazsalikomos paradicsomleves , Roston sült halfilé, Zöldséges Kuskusz, Joghurtos öntet										
		Energia: 895,58 Kcal / 3 743,52 KJ	Energia: 849,86 Kcal / 3 552,41 KJ	Energia: 836,33 Kcal / 3 495,86 KJ	Energia: 886,65 Kcal / 3 706,20 KJ	Energia: 887,77 Kcal / 3 710,88 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		45,19 g	22,53 g	7,76 g	47,04 g	23,47 g	7,31 g	34,04 g	23,29 g	4,65 g	34,40 g	23,45 g	12,13 g	38,37 g	28,60 g	4,42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
124,64 g	2,01 g	1,63 g	110,18 g	0,00 g	1,47 g	120,93 g	19,34 g	1,99 g	104,82 g	0,20 g	1,35 g	115,38 g	6,99 g	1,91 g		
																

A konyha az étlap változtatásának lehetőségét fenntartja!
 Bővebb tájékoztatás a következő telefonszámokon kérhető: +3630/314-6453
WWW.rabakesz.hu