

Heti étlap 2026.10.12. - 2026.10.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
Ebéd	(00125) Ferencváros 65+	Árpagyöngyleves [1], Burgonyafőzelék [1,7], Panírozott zöldséggolyó[1,3,7, (5,6,8)], Gyümölcs			Brokkolikrémleves [1,7], Napraforgómag, Mézes mustáros csirkemell[1,7,10, (12)], Párolt rizs			Lebbencsleves[1], Rakott zöldbab[7, (1)], Krémtúró vaníliás[7,(1)]			Dejós metélt[1], Alma, Tejfölös gombaleves[1,7,9]			Zöldborsóleves [1,9], Húsgombóc [3], Paradicsom mártás[1,9], Főtt burgonya			Tarhonyaleves [1,3], Finomfőzelék [1,7], Rántott párizsi (1,6,7,10)		
		Energia: 573.95 Kcal / 2,399.11 KJ			Energia: 985.59 Kcal / 4,119.77 KJ			Energia: 962.73 Kcal / 4,024.21 KJ			Energia: 825.84 Kcal / 3,452.01 KJ			Energia: 1,164.36 Kcal / 4,867.02 KJ			Energia: 683.48 Kcal / 2,856.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.72 g	25.05 g	4.77 g	39.30 g	47.51 g	8.61 g	37.74 g	51.73 g	18.84 g	26.40 g	30.86 g	3.98 g	33.48 g	55.95 g	10.57 g	28.67 g	34.63 g	7.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		74.25 g	0.19 g	3.68 g	99.08 g	9.16 g	5.98 g	84.45 g	19.38 g	5.34 g	109.30 g	11.99 g	8.87 g	129.24 g	23.31 g	5.79 g	63.10 g	0.06 g	7.34 g
1,3,7,(5),(6),(8)			1,7,10,(12)			1,7			1,7,9			1,3,9			1,3,7,(6),(10)				

Benkovics Titanilla
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

