



Heti étlap 2022.12.05. - 2022.12.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Citromos tea 7-10, Párizsi diétás, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Gyümölcstea 7-10, Tepertőkrém, Gluténmentes kenyér, Jégcsapretek kg			Tej (friss)1,5%, Minidzsem 25g-os, különféle, Margarin Light, Gluténmentes kenyér			Tej (friss)1,5%, Miniméz 20g-os, Gluténmentes kenyér			Gyümölcstea 7-10, Gépsonka diétás, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Zöldpaprika		
		Energia: 264,37 Kcal / 1 105,07 KJ			Energia: 362,73 Kcal / 1 516,21 KJ			Energia: 341,50 Kcal / 1 427,47 KJ			Energia: 319,03 Kcal / 1 333,55 KJ			Energia: 270,72 Kcal / 1 131,61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6,59 g	11,33 g	2,88 g	6,88 g	22,24 g	7,12 g	10,93 g	11,01 g	3,27 g	10,90 g	8,56 g	2,60 g	11,29 g	10,26 g	2,37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	33,00 g	11,09 g	1,27 g	32,03 g	11,09 g	0,82 g	48,52 g	15,68 g	1,01 g	48,58 g	18,30 g	0,87 g	32,31 g	11,09 g	1,06 g	
	11,(6),(7),(10)			11,(6)			7,11,(6),(12)			7,11,(6)			11,(6),(7)			
	(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x	Citromos tea 7-10, Párizsi diétás, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Gyümölcstea 7-10, Tepertőkrém, Gluténmentes kenyér, Jégcsapretek kg			Laktózmentes tej 1,5%, Minidzsem 25g-os, különféle, Gluténmentes kenyér			Laktózmentes tej 1,5%, Miniméz 20g-os, Gluténmentes kenyér			Gyümölcstea 7-10, Gépsonka diétás, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Zöldpaprika		
		Energia: 305,66 Kcal / 1 277,66 KJ			Energia: 362,73 Kcal / 1 516,21 KJ			Energia: 299,70 Kcal / 1 252,75 KJ			Energia: 299,48 Kcal / 1 251,83 KJ			Energia: 312,01 Kcal / 1 304,20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6,60 g	15,88 g	4,11 g	6,88 g	22,24 g	7,12 g	10,72 g	8,56 g	2,97 g	10,70 g	8,56 g	2,97 g	11,30 g	14,81 g	3,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,03 g	11,09 g	1,24 g	32,03 g	11,09 g	0,82 g	43,51 g	15,68 g	0,84 g	43,58 g	18,30 g	0,83 g	32,34 g	11,09 g	1,03 g		
11,(6),(10)			11,(6)			11,(6),(12)			11,(6)			11,(6)				
(00165) Laktózmentes 7-10 3X	Citromos tea 7-10, Párizsi diétás, Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér, Uborka(kígyó)			Gyümölcstea 7-10, Tepertőkrém, Zsemle, Jégcsapretek kg			Tejeskávé 7-10 LM, Minidzsem 25g-os, különféle, Liga margarin tejmentes, Zsemle			Laktózmentes tej 1,5%, Miniméz 20g-os, Félbarna kenyér			Gyümölcstea 7-10, Gépsonka, Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér, Zöldpaprika			
	Energia: 307,30 Kcal / 1 284,51 KJ			Energia: 342,79 Kcal / 1 432,86 KJ			Energia: 392,37 Kcal / 1 640,11 KJ			Energia: 298,12 Kcal / 1 246,14 KJ			Energia: 305,16 Kcal / 1 275,57 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	9,07 g	11,34 g	3,26 g	7,56 g	17,03 g	6,28 g	11,44 g	10,35 g	4,03 g	12,56 g	3,60 g	2,18 g	12,38 g	9,73 g	2,69 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
41,04 g	8,99 g	1,83 g	38,75 g	8,99 g	1,01 g	62,46 g	25,57 g	1,13 g	53,18 g	16,20 g	1,43 g	40,91 g	8,99 g	1,13 g		
1,(10)			1			1,(12)			1			1,(6),(7)				





Heti étlap 2022.12.05. - 2022.12.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Citromos tea 11-14, Párizsi diétás, Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér, Uborka(kígyó)	Gyümölcsstea 11-14, Tepertőkrém, Zsemle, Jégcsapretek kg	Laktózmentes tej 1,5%, Minidzsem 25g-os, különféle, Liga margarin tejmentes, Zsemle	Laktózmentes tej 1,5%, Miniméz 20g-os, Félbarna kenyér	Gyümölcsstea 11-14, Gépsonka, Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér, Zöldpaprika
		Energia: 311,62 Kcal / 1 302,57 KJ	Energia: 389,20 Kcal / 1 626,86 KJ	Energia: 343,30 Kcal / 1 434,99 KJ	Energia: 323,98 Kcal / 1 354,24 KJ	Energia: 336,21 Kcal / 1 405,36 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,07 g 11,34 g 3,26 g	8,28 g 21,20 g 7,83 g	11,42 g 10,35 g 4,03 g	13,54 g 3,70 g 2,21 g	13,35 g 9,84 g 2,70 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
42,10 g 9,99 g 1,83 g	40,05 g 9,99 g 1,06 g	50,27 g 13,58 g 1,13 g	58,41 g 16,20 g 1,63 g	47,30 g 9,99 g 1,25 g		
1,(10)	1	1,(12)	1	1,(6),(7)		
Ebéd	(00103) Diab 11-14 1x	Csirkemáj rizottó diab, Alma	Sült virsli 7-10, Finomfőzelék 7-10, Rozskenyér, Alma	Daragaluska leves 11-14, Csirkepörkölt 11-14, Párolt bulgur 11-14, Alma	Karalábéleves 11-14 diab, Brassói körettel 11-14 DM , Vegyes vágott savanyúság	Lencseleves kolbásszal 11-14 D, Mákos metélt 11-14 DM, Alma
		Energia: 544,53 Kcal / 2 276,14 KJ	Energia: 617,31 Kcal / 2 580,36 KJ	Energia: 601,02 Kcal / 2 512,26 KJ	Energia: 522,77 Kcal / 2 185,18 KJ	Energia: 641,68 Kcal / 2 682,22 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		21,95 g 19,80 g 4,30 g	24,91 g 26,31 g 7,31 g	36,68 g 19,09 g 3,16 g	26,91 g 18,72 g 3,68 g	28,85 g 28,35 g 7,27 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	68,54 g 0,01 g 0,42 g	68,16 g 0,00 g 4,00 g	72,97 g 0,04 g 3,73 g	60,23 g 0,00 g 3,95 g	65,99 g 0,00 g 3,89 g	
	7,(1)	1,7,(6)	1,3,9,(6),(7),(12)	1,3,(12)	1,10,15,(6),(7),(12)	
	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Sertésraguleves 7-10 LÉ, Gránátos kocka 7-10 LÉ, Csemege uborka	Sült virsli 7-10, Finomfőzelék 7-10, Gluténmentes kenyér, Körte	Daragaluska leves 7-10 LÉ, Csirkepörkölt 7-10 LÉ, Párolt rizs 7-10 LÉ, Alma	Karalábéleves 7-10 LÉ, Brassói körettel 7-10 LÉ, Vegyes vágott savanyúság	Lencseleves kolbásszal 7-10 LÉ, Mákos metélt 7-10 LÉ, Alma
		Energia: 601,24 Kcal / 2 513,18 KJ	Energia: 681,03 Kcal / 2 846,71 KJ	Energia: 598,75 Kcal / 2 502,78 KJ	Energia: 568,41 Kcal / 2 375,95 KJ	Energia: 829,15 Kcal / 3 465,85 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
19,68 g 15,28 g 2,67 g		25,00 g 31,39 g 8,23 g	30,38 g 18,15 g 2,90 g	26,72 g 18,72 g 3,69 g	24,58 g 31,81 g 7,72 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
94,40 g 3,80 g 4,16 g	72,74 g 2,10 g 4,02 g	77,10 g 0,00 g 3,50 g	71,52 g 0,40 g 5,68 g	109,27 g 21,48 g 4,41 g		
9,10	1,7,11,(6)	3,9	(12)	10,(1),(6),(7),(12)		





Heti étlap 2022.12.05. - 2022.12.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x	Sertésraguleves 7-10 LÉ +LM, Gránátos kocka 7- 10 LÉ+LM, Csemege uborka			Sült virsli 7-10, Finomfőzelék 7-10, Gluténmentes kenyér, Körte			Daragaluska leves 7-10 LÉ+LM, Csirkepaprikás, tejföl 7-10 LÉ, Párolt rizs 7-10 LÉ+LM, Alma			Karalábéleves 7-10 LÉ +LM, Brassói körettel 7-10 LÉ+LM, Vegyes vágott savanyúság			Lencseleves kolbáss 7- 10 LÉ+LM, Mákos metélt 7-10 LÉ+LM, Alma		
		Energia: 601,24 Kcal / 2 513,18 KJ			Energia: 681,03 Kcal / 2 846,71 KJ			Energia: 649,96 Kcal / 2 716,83 KJ			Energia: 568,41 Kcal / 2 375,95 KJ			Energia: 829,15 Kcal / 3 465,85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19,68 g	15,28 g	2,67 g	25,00 g	31,39 g	8,23 g	29,40 g	21,68 g	4,80 g	26,72 g	18,72 g	3,69 g	24,58 g	31,81 g	7,72 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	94,40 g	3,80 g	4,16 g	72,74 g	2,10 g	4,02 g	82,87 g	0,00 g	3,31 g	71,52 g	0,40 g	5,68 g	109,27 g	21,48 g	4,41 g	
	9,10			1,7,11,(6)			3,9,(1),(6),(7),(12)			(12)			10,(1),(6),(7),(12)			
	(00148) Laktózmentes 11 -14 1x	Májgaluska leves LM 11- 14, Gránátos kocka 11-14 LM, Csemege uborka			Sült virsli LM 11-14, Finomfőzelék LM 11-14, Rozskenyér, Körte			Daragaluska leves LM 11 -14, Csirkepörkölt LM 11- 14, Párolt bulgur LM 11- 14, Alma			Karalábéleves LM 11-14, Brassói körettel LM 11-14, Vegyes vágott savanyúság			Lencseleves kolbásszal LM 11-, Mákos metélt LM 11-14, Alma		
		Energia: 841,24 Kcal / 3 516,38 KJ			Energia: 765,93 Kcal / 3 201,59 KJ			Energia: 675,21 Kcal / 2 822,38 KJ			Energia: 632,86 Kcal / 2 645,35 KJ			Energia: 1 023,03 Kcal / 4 276,27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30,46 g	23,04 g	8,15 g	30,13 g	31,01 g	9,11 g	39,10 g	19,80 g	3,25 g	31,20 g	21,64 g	4,22 g	39,46 g	38,69 g	9,46 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
125,38 g	2,22 g	7,37 g	89,14 g	0,01 g	5,00 g	88,50 g	0,03 g	4,16 g	76,48 g	0,00 g	6,06 g	127,62 g	24,98 g	6,87 g		
1,3,9,10,(6),(7),(12)			1,(6),(7)			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,(12)			1,3,10,(6),(7),(12)				
(00165) Laktózmentes 7- 10 3X	Májgaluska leves 7-10, Gránátos kocka 7-10, Csemege uborka			Sült virsli 7-10, Finomfőzelék 7-10 LM, Rozskenyér, Körte			Daragaluska leves 7-10 LM, Csirkepörkölt 7-10 LM, Párolt bulgur 7-10 LM, Alma			Karalábéleves 7-10 LM, Brassói körettel 7-10 LM, Vegyes vágott savanyúság			Lencseleves kolbásszal 7 -10 LM, Mákos metélt 7- 10 LM, Alma			
	Energia: 602,44 Kcal / 2 518,20 KJ			Energia: 655,39 Kcal / 2 739,53 KJ			Energia: 582,86 Kcal / 2 436,35 KJ			Energia: 570,89 Kcal / 2 386,32 KJ			Energia: 855,79 Kcal / 3 577,20 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	24,42 g	13,18 g	2,51 g	25,62 g	26,28 g	7,50 g	32,79 g	18,21 g	2,90 g	28,19 g	18,87 g	3,71 g	32,83 g	32,82 g	8,02 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
95,32 g	1,85 g	5,51 g	77,00 g	0,00 g	4,29 g	74,88 g	0,02 g	3,70 g	70,39 g	0,00 g	5,72 g	105,85 g	17,98 g	4,77 g		
1,3,6,9,10,(12)			1,(6),(7)			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,(12)			1,3,10,(6),(7),(12)				



Heti étlap 2022.12.05. - 2022.12.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00168) Mogyoróérzékeny 7-10 1x	Májgaluska leves 7-10 Mogyi, Gránátos kocka 7-10 Mogyi, Csemege uborka			Sült virsli 7-10, Finomfőzelék 7-10, Rozskenyér, Körte			Daragaluska leves 7-10, Csirkepörkölt 7-10 Mogyi, Párolt bulgur 7-10 Mogyi, Alma			Karlábéleves 7-10 Mogyi, Brassói körettel 7-10 Mogyi, Vegyes vágott savanyúság			Lencseleves kolbásszal 7-10 M, Mákos guba 7-10 Mogyi, Alma		
		Energia: 602,44 Kcal / 2 518,20 KJ			Energia: 681,16 Kcal / 2 847,25 KJ			Energia: 583,88 Kcal / 2 440,62 KJ			Energia: 570,89 Kcal / 2 386,32 KJ			Energia: 816,39 Kcal / 3 412,51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24,42 g	13,18 g	2,51 g	25,84 g	26,37 g	7,32 g	32,82 g	18,23 g	2,90 g	28,19 g	18,87 g	3,71 g	31,56 g	34,19 g	9,75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	95,32 g	1,85 g	5,51 g	83,12 g	0,00 g	4,12 g	75,08 g	0,03 g	3,21 g	70,39 g	0,00 g	5,72 g	88,34 g	24,98 g	3,39 g	
	1,3,6,9,10,(12)			1,7,(6)			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,(12)			1,7,10,(6),(12)			
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Májgaluska leves 11-14 LM, Gránátos kocka 11-14 LM, Csemege uborka			Sült virsli LM 11-14, Finomfőzelék 11-14 LM, Rozskenyér, Körte			Daragaluska leves 11-14 LM, Csirkepörkölt 11-14 LM, Párolt bulgur 11-14 LM, Alma			Karlábéleves 11-14 LM, Brassói körettel 11-14 LM, Vegyes vágott savanyúság			Lencseleves kolbásszal 11-14 L, Mákos metélt 11-14 LM, Alma		
		Energia: 686,57 Kcal / 2 869,86 KJ			Energia: 765,01 Kcal / 3 197,74 KJ			Energia: 682,86 Kcal / 2 854,35 KJ			Energia: 632,86 Kcal / 2 645,35 KJ			Energia: 1 004,30 Kcal / 4 197,97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
27,92 g		16,19 g	3,05 g	30,11 g	30,99 g	9,11 g	39,26 g	19,80 g	3,24 g	31,20 g	21,64 g	4,22 g	39,35 g	38,68 g	9,46 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
105,97 g	2,22 g	5,91 g	88,96 g	0,00 g	5,00 g	90,24 g	0,04 g	3,88 g	76,48 g	0,00 g	6,06 g	123,08 g	20,98 g	6,58 g		
1,3,6,9,10,(12)			1,(6),(7)			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,(12)			1,3,10,(6),(7),(12)				
Uzsonna	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Tonhal konzerv, Margarin Light, Gluténmentes kenyér			Keksz, (Barbara,Gullon)			Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Körözött, házi 7-10, Gluténmentes kenyér, Póréhagyma kg			Gyümölcskompót, poharas		
		Energia: 265,81 Kcal / 1 111,09 KJ			Energia: 76,20 Kcal / 318,52 KJ			Energia: 183,49 Kcal / 766,99 KJ			Energia: 222,06 Kcal / 928,21 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,17 g	14,46 g	3,33 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	4,43 g	8,05 g	1,64 g	9,96 g	8,23 g	2,36 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
21,79 g	2,10 g	1,17 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	22,47 g	2,10 g	0,74 g	26,12 g	2,10 g	0,77 g	19,00 g	18,00 g	0,36 g		
4,11,(6),(7)						11,(6),(7)			7,11,(6)							



Heti étlap 2022.12.05. - 2022.12.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x	Tonhal konzerv, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér			Keksz, (Barbara,Gullon)			Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Póréhagyma kg			Gyümölcskompót, poharas		
		Energia: 307,10 Kcal / 1 283,68 KJ			Energia: 76,20 Kcal / 318,52 KJ			Energia: 224,78 Kcal / 939,58 KJ			Energia: 307,38 Kcal / 1 284,85 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,18 g	19,01 g	4,56 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	4,44 g	12,60 g	2,87 g	8,72 g	18,98 g	5,14 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	21,82 g	2,10 g	1,14 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	22,50 g	2,10 g	0,71 g	24,42 g	2,10 g	1,50 g	19,00 g	18,00 g	0,36 g	
	4,11,(6)						11,(6)			11,(6)						
	(00165) Laktózmentes 7-10 3X	Tonhal konzerv, Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér			Müzliszelet gm			Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér, Uborka (kígyó)			Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Póréhagyma kg			Gyümölcskompót, poharas		
		Energia: 300,25 Kcal / 1 255,05 KJ			Energia: 153,53 Kcal / 641,76 KJ			Energia: 217,93 Kcal / 910,95 KJ			Energia: 278,49 Kcal / 1 164,09 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,26 g	13,93 g	3,65 g	2,40 g	5,60 g	0,00 g	5,52 g	7,52 g	1,96 g	8,04 g	11,44 g	3,32 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
30,39 g	0,00 g	1,24 g	23,20 g	8,00 g	0,00 g	31,07 g	0,00 g	0,81 g	34,77 g	0,00 g	1,28 g	19,00 g	18,00 g	0,36 g		
1,4,(6)			5,(6),(8),(11)			1,(6)			1,(6),(7)							
(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Tonhal konzerv, Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér			Müzliszelet gm			Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér, Uborka (kígyó)			Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Póréhagyma kg			Gyümölcskompót, poharas			
	Energia: 300,25 Kcal / 1 255,05 KJ			Energia: 153,53 Kcal / 641,76 KJ			Energia: 307,61 Kcal / 1 285,81 KJ			Energia: 400,86 Kcal / 1 675,59 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	12,26 g	13,93 g	3,65 g	2,40 g	5,60 g	0,00 g	6,49 g	14,61 g	3,87 g	10,61 g	21,08 g	6,14 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
30,39 g	0,00 g	1,24 g	23,20 g	8,00 g	0,00 g	36,34 g	0,00 g	1,04 g	40,83 g	0,00 g	1,82 g	19,00 g	18,00 g	0,36 g		
1,4,(6)			5,(6),(8),(11)			1,(6)			1,(6),(7)							





Heti étlap 2022.12.05. - 2022.12.09.

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

