

Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	<b>(00142)</b> <b>Lisztérzékeny 7-10 3x</b>	Kakaó 7-10 LÉ, Párizsi diétás, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Citromos tea 7-10, Melegszendvics 7-10 LÉ			Tej (friss)1,5%, Gabonagolyó gluténmentes			Tej (friss)1,5%, Méz, Margarin Light, Gluténmentes kenyér			Zöldtea 4-6, Pannónia sajt, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Paradicsom kg		
		Energia: 372,62 Kcal / 1 557,55 KJ			Energia: 280,46 Kcal / 1 172,32 KJ			Energia: 262,71 Kcal / 1 098,13 KJ			Energia: 341,28 Kcal / 1 426,55 KJ			Energia: 367,08 Kcal / 1 534,39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14,12 g	15,20 g	5,02 g	8,89 g	12,47 g	4,51 g	8,64 g	6,92 g	3,39 g	10,91 g	11,01 g	3,27 g	15,15 g	19,73 g	8,83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	43,75 g	11,09 g	1,54 g	32,15 g	11,43 g	1,22 g	40,96 g	0,00 g	0,97 g	48,59 g	18,30 g	1,00 g	31,13 g	10,69 g	1,54 g	
	7,11,(6),(10)			7,11,(1),(3),(6),(10)			7			7,11,(6)			7,11,(1),(6)			
	<b>(00144)</b> <b>Lisztérzékeny +LM 7-10 3x</b>	Kakaó 7-10 LÉ+LM, Párizsi diétás, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Citromos tea 7-10, Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér			Laktózmentes tej 1,5%, Gabonagolyó gluténmentes			Laktózmentes tej 1,5%, Méz, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér			Zöldtea 7-10, Pannónia sajt, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Paradicsom kg		
		Energia: 394,36 Kcal / 1 648,42 KJ			Energia: 330,08 Kcal / 1 379,73 KJ			Energia: 243,16 Kcal / 1 016,41 KJ			Energia: 363,02 Kcal / 1 517,42 KJ			Energia: 416,52 Kcal / 1 741,05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13,93 g	19,75 g	6,62 g	7,85 g	18,85 g	5,12 g	8,44 g	6,92 g	3,76 g	10,72 g	15,56 g	4,87 g	15,16 g	24,28 g	10,06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38,78 g	11,09 g	1,47 g	31,14 g	11,08 g	1,47 g	35,96 g	0,00 g	0,93 g	43,62 g	18,30 g	0,93 g	33,19 g	12,69 g	1,51 g		
11,(6),(10)			11,(6)			11,(6)			11,(6)			7,11,(1),(6)				
<b>(00165)</b> <b>Laktózmentes 7-10 3X</b>	Kakaó 7-10 LM, Párizsi diétás, Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér, Uborka(kígyó)			Citromos tea 7-10, Melegszendvics 7-10 LM			Laktózmentes tej 1,5%, Gabonagolyó gluténmentes			Laktózmentes tej 1,5%, Méz, Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér			Zöldtea 7-10, Pannónia sajt, Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér, Paradicsom kg			
	Energia: 393,00 Kcal / 1 642,74 KJ			Energia: 272,40 Kcal / 1 138,63 KJ			Energia: 243,16 Kcal / 1 016,41 KJ			Energia: 361,66 Kcal / 1 511,74 KJ			Energia: 409,67 Kcal / 1 712,42 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	15,79 g	14,79 g	5,83 g	10,24 g	7,00 g	3,40 g	8,44 g	6,92 g	3,76 g	12,58 g	10,60 g	4,08 g	16,24 g	19,20 g	9,15 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
48,38 g	8,99 g	2,07 g	41,72 g	9,34 g	1,78 g	35,96 g	0,00 g	0,93 g	53,22 g	16,20 g	1,53 g	41,76 g	10,59 g	1,61 g		
1,(10)			1,(3),(6),(7),(10)			1			1			1,7,(6)				





Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Tízórai</b>	<b>(00169) Laktózmentes 11-14 3x</b>	Kakaó 11-14 LM, Párizsi diétás, Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér, Uborka(kígyó)			Citromos tea 11-14, Melegszendvics 11-14 LM											
		Energia: 440,30 Kcal / 1 840,45 KJ			Energia: 314,11 Kcal / 1 312,98 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18,34 g	15,43 g	6,23 g	11,76 g	8,05 g	3,86 g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	56,08 g	9,99 g	2,34 g	48,21 g	10,41 g	2,07 g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	
	1,(10)			1,(3),(6),(7),(10)			7			7,11,(6)			7,11,(1),(6)			
<b>Ebéd</b>	<b>(00103) Diab 11-14 1x</b>	Zabgaluska leves 11-14 DM, Székelykáposzta 11-14 DM, Rozskenyér			Karfiollevés 11-14 diab, Sertéspörkölt 11-14 diab, Tészta köret diab 11-14, Csemege uborka			Zellerkrémleves 11-14 DM, Rántott sertésszelet 11-14 DM, Burgonya, petre. diab , Vegyes vágott savanyúság						Fokhagymakrémleves 11-14 diab, Hentes tokány diab 11-14, Párolt rizs diab 11-14, Alma		
		Energia: 552,52 Kcal / 2 309,53 KJ			Energia: 515,55 Kcal / 2 155,00 KJ			Energia: 773,54 Kcal / 3 233,40 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: 656,15 Kcal / 2 742,71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28,94 g	22,57 g	5,94 g	27,59 g	20,68 g	3,87 g	35,39 g	40,77 g	8,07 g	g	g	g	29,43 g	28,17 g	8,34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	56,89 g	0,00 g	4,54 g	53,23 g	0,00 g	5,65 g	64,06 g	0,12 g	7,12 g	g	g	g	70,10 g	0,03 g	3,87 g	
	1,3,7,9,(6),(12)			1,10			1,3,6,7,9,(12)			7,11,(6)			1,3,6,7,10,(12)			
<b>Ebéd</b>	<b>(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x</b>	Zöldségleves 7-10 LÉ, Székelykáposzta 7-10 LÉ, Gluténmentes kenyér, Banán			Karfiollevés 7-10 LÉ, Sertéspörkölt 7-10 LÉ, Tészta köret 7-10 LÉ, Csemege uborka, Meggyes kakaós kevert 7-10 LÉ			Zellerkrémleves 7-10 LÉ, Rántott sertésszelet 7-10 LÉ, Burgonya, petrezselymes 7-10 L, Vegyes vágott savanyúság			Sült krinolin 7-10 LÉ, Sárgaborsó főzelék 7-10, Gluténmentes kenyér, Narancs			Fokhagymakrémleves 7-10 LÉ, Hentes tokány 7-10 LÉ, Párolt rizs 7-10 LÉ, Szilva		
		Energia: 627,32 Kcal / 2 622,20 KJ			Energia: 851,09 Kcal / 3 557,56 KJ			Energia: 788,86 Kcal / 3 297,43 KJ			Energia: 773,43 Kcal / 3 232,94 KJ			Energia: 613,80 Kcal / 2 565,68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24,66 g	25,03 g	5,91 g	24,64 g	34,72 g	5,54 g	33,11 g	33,22 g	6,83 g	33,83 g	31,51 g	7,84 g	24,87 g	19,33 g	6,30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	73,83 g	2,55 g	4,99 g	108,09 g	19,98 g	5,68 g	86,86 g	0,70 g	5,17 g	86,20 g	2,11 g	3,93 g	83,39 g	0,00 g	3,98 g	





Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x</b>	7,9,11,(6),(12)			3,10,(1)			3,7,9,(12)			1,11,(6),(7),(10)			7,10,(1)		
		Zöldségleves 7-10 LÉ +LM, Székelykáposzta 7-10 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér, Banán			Karfiolleves 7-10 LÉ+LM, Sertéspörkölt 7-10 LÉ +LM, Tészta köret 7-10 LÉ+LM, Csemege uborka			Zellerkrémleves 7-10 LÉ +LM, Rántott sertésszelet LÉ+L 7-10, Burgonya, petrezselymes 7-10 L, Vegyes vágott savanyúság			Sült krinolin 7-10 LÉ+LM, Sárgaborsó főzelék 7-10, Gluténmentes kenyér, Narancs			Fokhagymakrémleves 7-10 LÉ+LM, Hentes tokány 7-10 LÉ+LM, Párolt rizs 7-10 LÉ+LM, Szilva		
		Energia: 650,70 Kcal / 2 719,93 KJ			Energia: 612,24 Kcal / 2 559,16 KJ			Energia: 800,02 Kcal / 3 344,08 KJ			Energia: 773,43 Kcal / 3 232,94 KJ			Energia: 613,16 Kcal / 2 563,01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	24,79 g	27,61 g	7,06 g	21,28 g	25,94 g	4,28 g	33,16 g	34,48 g	7,38 g	33,83 g	31,51 g	7,84 g	24,95 g	19,23 g	6,02 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	73,71 g	2,55 g	5,01 g	72,11 g	3,50 g	5,45 g	86,76 g	0,70 g	5,18 g	86,20 g	2,11 g	3,93 g	83,38 g	0,00 g	3,99 g	
	9,11,(6),(12)			10			3,9,(12)			1,11,(6),(7),(10)			10,(1)			
	<b>(00148) Laktózmentes 11 -14 1x</b>	Zabgaluska leves LM 11-14, Székelykáposzta LM 11-14, Rozskenyér, Banán			Karfiolleves LM 11-14, Sertéspörkölt LM 11-14, Tészta köret LM 11-14, Diós beigli 11-14 LM, Csemege uborka			Zellerkrémleves LM 11-14, Rántott sertésszelet LM 11-14, Burgonya, petrezselymes 11- L, Vegyes vágott savanyúság			Sült krinolin 11-14, Sárgaborsó főzelék LM 11-14, Narancs, Rozskenyér			Zabgaluska leves LM 11-14, Hentes tokány LM 11-14, Párolt rizs LM 11-14, Szilva		
		Energia: 730,20 Kcal / 3 052,24 KJ			Energia: 1 075,58 Kcal / 4 495,92 KJ			Energia: 813,69 Kcal / 3 401,22 KJ			Energia: 807,99 Kcal / 3 377,40 KJ			Energia: 734,00 Kcal / 3 068,12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31,45 g	25,51 g	7,13 g	43,81 g	51,76 g	12,32 g	38,35 g	33,40 g	6,31 g	37,52 g	28,40 g	7,64 g	29,90 g	22,35 g	5,16 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
91,40 g	0,01 g	4,75 g	107,50 g	12,00 g	6,65 g	87,59 g	0,30 g	9,38 g	98,13 g	0,01 g	4,43 g	101,17 g	0,01 g	4,55 g		
1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,8,10,(7)			1,3,9,(6),(7),(12)			1,(6),(7),(10)			1,3,9,10				
<b>(00165) Laktózmentes 7- 10 3X</b>	Zabgaluska leves 7-10 LM, Székelykáposzta 7-10 LM, Rozskenyér, Banán			Karfiolleves 7-10 LM, Sertéspörkölt 7-10 LM, Tészta köret 7-10 LM, Csemege uborka, Meggyes kakaós kevert 7-10 LM			Zellerkrémleves 7-10 LM, Rántott sertésszelet 7-10 LM, Burgonya, petrezselymes 7-10 L, Vegyes vágott savanyúság			Sült krinolin 7-10 LM, Sárgaborsó főzelék 7-10, Rozskenyér, Narancs			Fokhagymakrémleves 7-10 LM, Hentes tokány 7-10 LM, Párolt rizs 7-10 LM, Szilva			
	Energia: 667,35 Kcal / 2 789,52 KJ			Energia: 837,32 Kcal / 3 500,00 KJ			Energia: 816,77 Kcal / 3 414,10 KJ			Energia: 773,56 Kcal / 3 233,48 KJ			Energia: 639,26 Kcal / 2 672,11 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	



Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

	27,38 g	24,47 g	6,49 g	32,68 g	35,47 g	5,76 g	35,68 g	36,65 g	7,61 g	34,67 g	26,49 g	6,93 g	25,84 g	20,46 g	6,31 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	82,27 g	0,00 g	4,04 g	95,41 g	16,48 g	5,96 g	83,65 g	0,10 g	6,34 g	96,58 g	0,01 g	4,03 g	86,18 g	0,00 g	4,61 g
	1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,10			1,3,6,7,9,(12)			1,(6),(7),(10)			1,7,10,(3),(6),(12)		
<b>(00168)</b> <b>Mogyoróérzékeny 7-10 1x</b>	Zabgaluska leves 7-10 M, Székelykáposzta 7-10 Mogyi, Rozskenyér, Banán			Karfiolleves 7-10 Mogyi 1x, Sertéspörkölt 7-10 mogyi, Tészta köret 7-10 Mogyi, Csemege uborka, Meggyes kakaós kevert 7-10 Mog			Zellerkrémleves 7-10 Mogyi, Rántott sertésszelet 7-10 Mogyi, Burgonya, petrezselymes 7-10 M, Vegyes vágott savanyúság						Fokhagymakrémleves 7-10 mogyi, Hentes tokány 7-10 Mogyi, Párolt rizs 7-10 mogyi, Szilva		
	Energia: 670,08 Kcal / 2 800,93 KJ			Energia: 837,32 Kcal / 3 500,00 KJ			Energia: 800,10 Kcal / 3 344,42 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: 704,21 Kcal / 2 943,60 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	28,06 g	21,98 g	5,35 g	32,68 g	35,47 g	5,76 g	35,55 g	35,00 g	7,02 g	g	g	g	26,70 g	23,72 g	6,97 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87,75 g	0,00 g	4,14 g	95,41 g	16,48 g	5,96 g	83,32 g	0,10 g	6,32 g	g	g	g	93,98 g	0,01 g	4,70 g	
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,10			1,3,6,7,9,(12)			7,11,(6)			1,3,6,7,10,(12)			
<b>(00169)</b> <b>Laktózmentes 11-14 3x</b>	Zabgaluska leves 11-14 LM, Székelykáposzta 11-14 LM, Rozskenyér, Banán			Karfiolleves 11-14 LM, Sertéspörkölt 11-14 LM, Tészta köret 11-14 LM, Csemege uborka, Meggyes kakaós kevert 11-14 LM											
	Energia: 735,43 Kcal / 3 074,10 KJ			Energia: 852,71 Kcal / 3 564,33 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	31,50 g	26,14 g	7,46 g	36,58 g	31,20 g	5,50 g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
91,19 g	0,00 g	4,75 g	104,92 g	17,49 g	6,26 g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	
1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,10			7			7,11,(6)			7,11,(1),(6)			





## Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x</b>	Müzliszelet gm, Alma			Müzliszelet gm, Alma			Medvesajt, natúr, Abonett gm			Natúr joghurt db, Alma			Müzliszelet gm, Körte		
		Energia: 195,28 Kcal / 816,27 KJ			Energia: 205,71 Kcal / 859,87 KJ			Energia: 111,25 Kcal / 465,03 KJ			Energia: 144,02 Kcal / 602,00 KJ			Energia: 217,12 Kcal / 907,56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2,88 g	6,08 g	0,00 g	3,00 g	6,20 g	0,00 g	3,34 g	5,00 g	2,97 g	8,36 g	3,11 g	1,58 g	2,88 g	5,96 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	31,60 g	8,00 g	0,01 g	33,70 g	8,00 g	0,02 g	9,70 g	0,00 g	0,68 g	18,96 g	0,00 g	0,27 g	37,60 g	8,00 g	0,01 g	
	5,(6),(8),(11)			5,(6),(8),(11)			7			7			5,(6),(8),(11)			
	<b>(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x</b>	Müzliszelet gm, Alma			Müzliszelet gm, Alma			Kockasajt 8 db-os laktózmentes, Abonett gm			Joghurt, laktózmentes 150 g, Alma			Müzliszelet gm, Körte		
		Energia: 195,28 Kcal / 816,27 KJ			Energia: 205,71 Kcal / 859,87 KJ			Energia: 108,16 Kcal / 452,11 KJ			Energia: 141,51 Kcal / 591,51 KJ			Energia: 217,12 Kcal / 907,56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2,88 g	6,08 g	0,00 g	3,00 g	6,20 g	0,00 g	7,49 g	4,63 g	2,89 g	6,97 g	4,49 g	2,25 g	2,88 g	5,96 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,60 g	8,00 g	0,01 g	33,70 g	8,00 g	0,02 g	6,75 g	0,00 g	0,33 g	17,13 g	0,00 g	0,37 g	37,60 g	8,00 g	0,01 g		
5,(6),(8),(11)			5,(6),(8),(11)									5,(6),(8),(11)				
<b>(00165) Laktózmentes 7-10 3X</b>	Müzliszelet gm, Alma			Müzliszelet gm, Alma			Kockasajt 8 db-os laktózmentes, Abonett, darab			Joghurt, laktózmentes 150 g, Alma			Müzliszelet gm, Körte			
	Energia: 195,28 Kcal / 816,27 KJ			Energia: 205,71 Kcal / 859,87 KJ			Energia: 117,24 Kcal / 490,06 KJ			Energia: 141,51 Kcal / 591,51 KJ			Energia: 217,12 Kcal / 907,56 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	2,88 g	6,08 g	0,00 g	3,00 g	6,20 g	0,00 g	9,11 g	4,91 g	2,91 g	6,97 g	4,49 g	2,25 g	2,88 g	5,96 g	0,00 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
31,60 g	8,00 g	0,01 g	33,70 g	8,00 g	0,02 g	6,55 g	0,00 g	0,27 g	17,13 g	0,00 g	0,37 g	37,60 g	8,00 g	0,01 g		
5,(6),(8),(11)			5,(6),(8),(11)			1						5,(6),(8),(11)				





### Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00169) Laktózmentes 11 -14 3x</b>	Müzliszelet gm, Alma			Müzliszelet gm, Alma											
		Energia: 205,71 Kcal / 859,87 KJ			Energia: 205,71 Kcal / 859,87 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,00 g	6,20 g	0,00 g	3,00 g	6,20 g	0,00 g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		33,70 g	8,00 g	0,02 g	33,70 g	8,00 g	0,02 g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
5,(6),(8),(11)			5,(6),(8),(11)			7			7,11,(6)			7,11,(1),(6)				

.....  
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: [elelmezes@kornye.hu](mailto:elelmezes@kornye.hu)

