

Heti étlap 2023.02.27. - 2023.03.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Csipketea 1-3, Trappista sajt, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Jégcsapretek kg			Tej (friss)1,5%, Tauris szalámi, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Citromos tea 7-10, Tonhalkrém 7-10 LÉ, Gluténmentes kenyér, Zöldpaprika			Tejeskávé 7-10, Trappista sajt, Humusz-V, Gluténmentes kenyér, Póréhagyma kg			Zöldtea 7-10, Körözött, házi 7-10, Gluténmentes kenyér, Pritamin paprika		
		Energia: 318,35 Kcal / 1 330,70 KJ			Energia: 397,80 Kcal / 1 662,80 KJ			Energia: 309,62 Kcal / 1 294,21 KJ			Energia: 483,07 Kcal / 2 019,23 KJ			Energia: 252,07 Kcal / 1 053,65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,89 g	16,49 g	7,02 g	17,41 g	21,14 g	6,90 g	10,24 g	15,04 g	3,46 g	21,73 g	21,34 g	8,44 g	9,56 g	8,23 g	2,36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	28,74 g	7,10 g	1,48 g	33,36 g	2,10 g	2,28 g	32,27 g	11,09 g	1,01 g	49,40 g	14,09 g	1,81 g	33,97 g	11,09 g	0,76 g	
	7,11,(1),(6)			7,11,(6)			4,11,(6),(7)			1,7,11,(6)			7,11,(6)			
	(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x	Laktózmentes tej 1,5%, Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Jégcsapretek kg			Laktózmentes tej 1,5%, Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Citromos tea 7-10, Tonhalkrém 7-10 LÉ+LM, Zöldpaprika, Gluténmentes kenyér			Laktózmentes tej 1,5%, Humusz-V, Gluténmentes kenyér, Póréhagyma kg			Zöldtea 7-10, Körözött, házi 7-10 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér, Pritamin paprika		
		Energia: 391,84 Kcal / 1 637,89 KJ			Energia: 419,54 Kcal / 1 753,68 KJ			Energia: 309,62 Kcal / 1 294,21 KJ			Energia: 302,89 Kcal / 1 266,08 KJ			Energia: 249,95 Kcal / 1 044,79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15,75 g	23,17 g	7,61 g	17,22 g	25,69 g	8,50 g	10,24 g	15,04 g	3,46 g	13,20 g	12,91 g	3,45 g	8,31 g	8,59 g	2,76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	28,83 g	2,10 g	1,90 g	28,39 g	2,10 g	2,21 g	32,27 g	11,09 g	1,01 g	31,73 g	2,10 g	1,04 g	33,88 g	11,09 g	0,77 g	
	11,(6)			11,(6)			4,11,(6)			11,(6)			11,(6)			
	(00165) Laktózmentes 7-10 3X	Csipketea 1-3, Laktózmentes sajt, Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Jégcsapretek kg			Laktózmentes tej 1,5%, Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Zsemle, Uborka(kígyó)			Tonhalkrém 7-10 LM, Citromos tea 11-14, Korpás kenyér, Zöldpaprika			Tejeskávé 7-10 LM, Kockasajt 8 db-os laktózmentes, Barna kenyér, Póréhagyma kg			Körözött, házi 7-10 LM, Zöldtea 11-14, Zsemle, Pritamin paprika		
Energia: 343,02 Kcal / 1 433,82 KJ			Energia: 370,58 Kcal / 1 549,02 KJ			Energia: 332,04 Kcal / 1 387,93 KJ			Energia: 390,52 Kcal / 1 632,37 KJ			Energia: 234,15 Kcal / 978,75 KJ				
Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
12,49 g		14,76 g	6,53 g	16,38 g	17,96 g	6,75 g	12,17 g	10,04 g	2,56 g	21,16 g	8,34 g	4,89 g	8,99 g	3,38 g	1,92 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
39,08 g	5,00 g	1,44 g	35,08 g	0,00 g	2,09 g	46,96 g	9,99 g	1,23 g	56,91 g	11,99 g	1,31 g	41,63 g	9,99 g	0,96 g		
1,(6),(7)			1			1,4,(6)			1,(6),(7)			1				





Heti étlap 2023.02.27. - 2023.03.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Csipketea 1-3, Laktózmentes sajt, Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Jégcsapretek kg			Laktózmentes tej 1,5%, Tauris szalámi, Liga margarin tejmentes, Zsemle, Uborka(kígyó)			Tonhal konzerv 11-14 LM, Citromos tea 11-14, Korpás kenyér, Zöldpaprika			Tejeskávé 11-14 LM, Kockasajt 8 db-os laktózmentes, Barna kenyér, Póréhagyma kg			Körözött, házi 7-10 LM, Zöldtea 11-14, Zsemle, Pritamin paprika		
		Energia: 343,02 Kcal / 1 433,82 KJ			Energia: 370,58 Kcal / 1 549,02 KJ			Energia: 311,28 Kcal / 1 301,15 KJ			Energia: 402,31 Kcal / 1 681,66 KJ			Energia: 234,15 Kcal / 978,75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,49 g	14,76 g	6,53 g	16,38 g	17,96 g	6,75 g	13,58 g	7,13 g	1,76 g	22,82 g	9,09 g	5,39 g	8,99 g	3,38 g	1,92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39,08 g	5,00 g	1,44 g	35,08 g	0,00 g	2,09 g	46,93 g	9,99 g	1,26 g	56,41 g	9,99 g	1,37 g	41,63 g	9,99 g	0,96 g		
1,(6),(7)			1			1,4,(6)			1,(6),(7)			1				
Ebéd	(00103) Diab 11-14 1x	Májgaluska leves DM, Rizsfelfújt 11-14 DM, Sárgabarack lekvár, diabetikus			Brokkolikrémleves 11-14 DM, Tarhonyáshús 11-14 DM, Céklasaláta, csemege szeletelt			Paradicsomleves 11-14 DM, Rántott csirkemell 11-14 sütő, Újburgonya petrezselymes, Párolt zöldkört 11-14			Krinolin, Tökfőzelék diab 11-14, Kifli szezámos, Alma			Zöldborsóleves 11-14 DM, Vadas 11-14 diab, Spagetti durum, Vegyes vágott savanyúság		
		Energia: 613,32 Kcal / 2 563,68 KJ			Energia: 586,02 Kcal / 2 449,56 KJ			Energia: 614,50 Kcal / 2 568,61 KJ			Energia: 678,86 Kcal / 2 837,63 KJ			Energia: 772,57 Kcal / 3 229,34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28,67 g	19,17 g	5,91 g	30,09 g	20,93 g	5,42 g	44,54 g	17,25 g	2,21 g	21,17 g	29,39 g	8,78 g	38,73 g	24,04 g	4,88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81,22 g	2,68 g	3,54 g	68,33 g	8,16 g	5,76 g	69,19 g	0,00 g	5,24 g	80,73 g	0,00 g	4,07 g	99,17 g	0,02 g	4,26 g		
1,3,6,7,9,15,(12)			1,3,6,7,(12)			1,3,9,15			1,7,15,(6),(10)			1,3,7,9,10,(12)				
Ebéd	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Májgaluska leves 7-10, Rizsfelfújt 7-10 LÉ, Sárgabaracklekvár			Brokkolikrémleves 7-10 LÉ, Tarhonyáshús LÉ 7-10, Céklasaláta, csemege szeletelt			Paradicsomleves LÉ 7-10, Rántott csirkemell 7-10 LÉ süt, Újburgonya petrezselymes isk, Párolt zöldkört 7-10 LÉ			Krinolin, Tökfőzelék 7-10 LÉ, Gluténmentes kenyér, Alma			Zöldborsóleves LÉ 7-10, Vadas 7-10 LÉ, Tészta köret 7-10 LÉ, Vegyes vágott savanyúság		
		Energia: 674,16 Kcal / 2 817,99 KJ			Energia: 566,35 Kcal / 2 367,34 KJ			Energia: 638,63 Kcal / 2 669,47 KJ			Energia: 600,60 Kcal / 2 510,51 KJ			Energia: 690,57 Kcal / 2 886,58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25,71 g	16,90 g	5,26 g	23,35 g	16,28 g	4,29 g	39,06 g	15,45 g	2,02 g	17,34 g	29,46 g	8,39 g	26,97 g	22,32 g	4,64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
103,71 g	33,93 g	3,22 g	80,08 g	11,49 g	4,48 g	84,58 g	15,64 g	4,16 g	64,32 g	2,10 g	3,86 g	93,89 g	3,85 g	4,74 g		





Heti étlap 2023.02.27. - 2023.03.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x	1,3,6,7,9,(12)			7			3,9			7,11,(1),(6),(10)			7,9,10,(12)		
		Májgaluska leves 7-10, Rizsfelfújt 7-10 LÉ+LM, Sárgabaracklekvár			Brokkolikrémleves 7-10 LÉ+LM, Tarhonyáshús LÉ+LM 7-10, Céklassaláta, csemege szeletelt			Paradicsomleves LÉ+LM 7-10, Rántott csirkemell 7-10 LÉ+LM, Újburgonya petrezselymes isk, Párolt zöldköret 7-10 LÉ+LM			Krinolin, Tökfőzelék 7-10 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér, Alma			Zöldborsóleves LÉ+LM 7-10, Vadas 7-10 LÉ+LM, Tészta köret 7-10 LÉ+LM, Vegyes vágott savanyúság		
		Energia: 654,61 Kcal / 2 736,27 KJ			Energia: 549,61 Kcal / 2 297,37 KJ			Energia: 638,63 Kcal / 2 669,47 KJ			Energia: 673,62 Kcal / 2 815,73 KJ			Energia: 703,32 Kcal / 2 939,88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25,51 g	16,90 g	5,63 g	23,00 g	14,79 g	3,45 g	39,06 g	15,45 g	2,02 g	18,44 g	36,66 g	12,05 g	27,03 g	23,76 g	5,26 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	98,71 g	33,93 g	3,18 g	79,62 g	11,52 g	4,73 g	84,58 g	15,64 g	4,16 g	65,16 g	2,10 g	3,89 g	93,78 g	3,85 g	4,75 g	
	1,3,6,9,(12)			(1),(3),(6),(7),(12)			3,9			7,11,(1),(6),(10)			9,10,(12)			
	(00148) Laktózmentes 11-14 1x	Májgaluska leves LM 11-14, Rizsfelfújt LM 11-14, Sárgabaracklekvár			Brokkolikrémleves LM 11-14, Tarhonyáshús 11-14 LM, Céklassaláta, csemege szeletelt			Paradicsomleves LM 11-14, Rántott csirkemell LM 11-14, Párolt zöldköret LM 11-14, Újburgonya petrezselymes			Krinolin, Tökfőzelék LM 11-14, Zsemle, Alma			Zöldborsóleves LM 11-14, Vadas LM 11-14, Spagetti durum, Vegyes vágott savanyúság		
		Energia: 781,64 Kcal / 3 267,26 KJ			Energia: 717,33 Kcal / 2 998,44 KJ			Energia: 760,05 Kcal / 3 177,01 KJ			Energia: 563,21 Kcal / 2 354,22 KJ			Energia: 792,77 Kcal / 3 313,78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		26,78 g	22,52 g	10,24 g	36,20 g	23,79 g	6,21 g	45,28 g	19,35 g	2,43 g	18,04 g	24,79 g	8,04 g	39,36 g	24,67 g	5,41 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
115,32 g	33,85 g	4,33 g	88,48 g	8,04 g	5,57 g	99,76 g	19,98 g	6,02 g	65,52 g	0,01 g	4,05 g	102,19 g	0,02 g	4,58 g		
1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,6,7,(12)			1,3,9			1,(6),(7),(10)			1,3,9,10,(12)				
(00165) Laktózmentes 7-10 3X	Májgaluska leves 7-10 LM, Rizsfelfújt 7-10 LM, Sárgabaracklekvár			Brokkolikrémleves 7-10 LM, Tarhonyáshús 7-10 LM, Céklassaláta, csemege szeletelt			Paradicsomleves 7-10 LM, Rántott csirkemell 7-10 LM, Újburgonya petrezselymes, Párolt zöldköret 7-10 LM			Krinolin, Tökfőzelék 7-10 LM, Zsemle, Alma			Zöldborsóleves 7-10 LM, Vadas 7-10 LM, Spagetti durum, Vegyes vágott savanyúság			
	Energia: 653,41 Kcal / 2 731,25 KJ			Energia: 601,97 Kcal / 2 516,23 KJ			Energia: 639,60 Kcal / 2 673,53 KJ			Energia: 559,91 Kcal / 2 340,42 KJ			Energia: 743,95 Kcal / 3 109,71 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	25,58 g	16,89 g	5,63 g	31,60 g	18,42 g	5,08 g	40,10 g	15,54 g	2,02 g	18,21 g	24,99 g	8,19 g	36,25 g	23,11 g	5,08 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
98,35 g	33,86 g	3,21 g	76,37 g	7,99 g	4,06 g	83,60 g	15,44 g	4,57 g	64,11 g	0,01 g	3,46 g	96,69 g	0,01 g	3,97 g		



Heti étlap 2023.02.27. - 2023.03.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00168) Mogyoróérzékeny 7-10 1x	1,3,6,9,(12)			1,3			1,3,9			1,(6),(7),(10)			1,3,9,10,(12)		
		Májgaluska leves 7-10 Mogyi, Rizsfelfújt 7-10 Mogyi, Sárgabaracklekvár			Brokkolikrémleves 7-10 M, Tarhonyáshús 7-10 Mogyi, Céklasaláta, csemege szeletelt			Paradicsomleves 7-10 Mogyi, Rántott csirkemell 7-10 sütő M, Újburgonya petrezselymes isk, Párolt zöldköret 7-10 M			Krinolin, Tökfőzelék 7-10 Mogyi, Zsemle, Alma			Zöldborsóleves 7-10 Mogyi, Vadas 7-10 mogyi, Spagetti durum, Vegyes vágott savanyúság		
		Energia: 673,77 Kcal / 2 816,36 KJ			Energia: 621,43 Kcal / 2 597,58 KJ			Energia: 639,46 Kcal / 2 672,94 KJ			Energia: 611,79 Kcal / 2 557,28 KJ			Energia: 696,84 Kcal / 2 912,79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25,81 g	16,90 g	5,26 g	32,05 g	19,24 g	4,84 g	41,81 g	15,63 g	2,00 g	21,47 g	27,85 g	8,89 g	34,98 g	21,56 g	4,47 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	103,52 g	33,86 g	3,25 g	78,96 g	8,00 g	3,91 g	81,73 g	14,99 g	4,84 g	67,36 g	0,00 g	4,13 g	89,76 g	0,02 g	3,96 g	
	1,3,6,7,9,(12)			1,3,6,7			1,3,9			1,7,(6),(10)			1,3,7,9,10,(12)			
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Májgaluska leves 11-14 LM, Rizsfelfújt 11-14 LM, Sárgabaracklekvár			Brokkolikrémleves 11-14 LM, Tarhonyáshús 11-14 LM, Céklasaláta, csemege szeletelt			Paradicsomleves 11-14 LM, Párolt zöldköret 11- 14 LM, Rántott csirkemell 7-10 LM, Újburgonya petrezselymes			Tökfőzelék 11-14 LM, Krinolin, Zsemle, Alma			Zöldborsóleves 11-14 LM, Vadas 11-14 LM, Spagetti durum, Vegyes vágott savanyúság		
		Energia: 727,47 Kcal / 3 040,82 KJ			Energia: 697,62 Kcal / 2 916,05 KJ			Energia: 683,34 Kcal / 2 856,36 KJ			Energia: 570,96 Kcal / 2 386,61 KJ			Energia: 779,49 Kcal / 3 258,27 KJ		
Fehérje		Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
29,71 g		19,92 g	7,56 g	36,68 g	20,93 g	5,42 g	41,63 g	15,78 g	2,05 g	18,70 g	25,09 g	8,24 g	39,30 g	23,22 g	4,79 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
115,76 g	39,49 g	3,42 g	89,47 g	8,00 g	5,28 g	92,39 g	18,43 g	4,70 g	66,08 g	0,01 g	3,48 g	102,20 g	0,02 g	4,27 g		
1,3,6,7,9,(12)			1,3,6,7			1,3,9			1,(6),(7),(10)			1,3,7,9,10,(12)				
Uzsonna	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Kefír poharas, Banán			Müzliszelet cerbona (gm,lm), Alma			Narancs, Keks, (Barbara,Gullon)			Gyümölcskompót, poharas			Krémtúró vaníliás, Banán		
		Energia: 192,07 Kcal / 802,85 KJ			Energia: 206,18 Kcal / 861,83 KJ			Energia: 87,80 Kcal / 367,00 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ			Energia: 269,50 Kcal / 1 126,51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,36 g	0,32 g	0,11 g	3,00 g	6,20 g	2,40 g	0,72 g	0,24 g	0,00 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g	8,66 g	2,62 g	1,50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38,24 g	0,00 g	0,67 g	33,70 g	8,00 g	0,17 g	10,20 g	0,00 g	0,01 g	19,00 g	18,00 g	0,36 g	52,04 g	19,00 g	0,22 g		
7		6,12,(5),(8),(11)							7							



Heti étlap 2023.02.27. - 2023.03.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00144) Lisztérzékeny +LM 7-10 3x	Banán, Joghurt, laktózmentes 150 g			Müzliszelet cerbona (gm,lm), Alma			Narancs, Keks, (Barbara,Gullon)			Gyümölcskompót, poharas			Krémtúró laktózmentes, Banán		
		Energia: 225,72 Kcal / 943,51 KJ			Energia: 206,18 Kcal / 861,83 KJ			Energia: 87,80 Kcal / 367,00 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ			Energia: 337,97 Kcal / 1 412,71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,05 g	4,13 g	2,25 g	3,00 g	6,20 g	2,40 g	0,72 g	0,24 g	0,00 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g	14,40 g	10,78 g	5,72 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	37,77 g 0,00 g 0,43 g			33,70 g 8,00 g 0,17 g			10,20 g 0,00 g 0,01 g			19,00 g 18,00 g 0,36 g			43,52 g 9,99 g 0,10 g			
	6,12,(5),(8),(11)															
	(00148) Laktózmentes 11 -14 1x										Gyümölcskompót, poharas					
		Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: Kcal / 0,00 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 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
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	0,00 g	0,30 g	0,01 g	g	g	g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
g g g			g g g			g g g			19,00 g 18,00 g 0,36 g			g g g				
7,11,(1),(6)			7,11,(6)			4,11,(6),(7)						7,11,(6)				
(00165) Laktózmentes 7- 10 3X	Joghurt, laktózmentes 150 g, Banán			Müzliszelet cerbona (gm,lm), Alma			Nutribella kókuszos keksz db, Narancs			Gyümölcskompót, poharas			Krémtúró laktózmentes, Banán			
	Energia: 225,72 Kcal / 943,51 KJ			Energia: 206,18 Kcal / 861,83 KJ			Energia: 144,70 Kcal / 604,85 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ			Energia: 358,96 Kcal / 1 500,45 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	8,05 g	4,13 g	2,25 g	3,00 g	6,20 g	2,40 g	1,96 g	5,10 g	2,42 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g	14,66 g	10,80 g	5,72 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
37,77 g 0,00 g 0,43 g			33,70 g 8,00 g 0,17 g			21,10 g 4,02 g 0,03 g			19,00 g 18,00 g 0,36 g			48,36 g 9,99 g 0,11 g				
6,12,(5),(8),(11)			6,12,(5),(8),(11)			1,(5),(6),(8),(11)										
(00169) Laktózmentes 11 -14 3x	Joghurt, laktózmentes 150 g, Banán			Müzliszelet cerbona (gm,lm), Alma			Nutribella kókuszos keksz db, Narancs			Gyümölcskompót, poharas			Krémtúró laktózmentes, Banán			
	Energia: 225,72 Kcal / 943,51 KJ			Energia: 206,18 Kcal / 861,83 KJ			Energia: 144,70 Kcal / 604,85 KJ			Energia: 80,00 Kcal / 334,40 KJ			Energia: 358,96 Kcal / 1 500,45 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	8,05 g	4,13 g	2,25 g	3,00 g	6,20 g	2,40 g	1,96 g	5,10 g	2,42 g	0,00 g	0,30 g	0,01 g	14,66 g	10,80 g	5,72 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
37,77 g 0,00 g 0,43 g			33,70 g 8,00 g 0,17 g			21,10 g 4,02 g 0,03 g			19,00 g 18,00 g 0,36 g			48,36 g 9,99 g 0,11 g				





Heti étlap 2023.02.27. - 2023.03.03.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		6,12,(5),(8),(11)	1,(5),(6),(8),(11)		

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

