



Heti étlap 2023.02.20. - 2023.02.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	<b>(00142)</b> <b>Lisztérzékeny 7-10 3x</b>	Tej (friss)1,5%, Kocka sajt, natúr, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Csipketea 7-10, Kenőmájás diétás, Gluténmentes kenyér, Margarin Light, Zöldpaprika			Tej (friss)1,5%, Minidzsem 25g-os, különféle, Margarin Light, Gluténmentes kenyér			Gyümölcsle 100% I-es, Pannónia sajt, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Retek kg			Forró csoki 7-10, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)		
		Energia: 319,47 Kcal / 1 335,38 KJ			Energia: 318,77 Kcal / 1 332,46 KJ			Energia: 365,77 Kcal / 1 528,92 KJ			Energia: 484,40 Kcal / 2 024,79 KJ			Energia: 359,93 Kcal / 1 504,51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14,66 g	13,60 g	5,55 g	9,29 g	16,44 g	5,44 g	12,63 g	11,76 g	3,68 g	17,59 g	22,56 g	10,60 g	15,96 g	16,49 g	6,47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	33,62 g	2,09 g	1,16 g	32,34 g	11,09 g	1,56 g	51,17 g	15,68 g	1,07 g	50,57 g	4,10 g	1,74 g	35,87 g	2,10 g	1,04 g	
	7,11,(6)			11,(6),(7)			7,11,(6),(12)			7,11,(1),(6)			7,11,(6)			
	<b>(00144)</b> <b>Lisztérzékeny +LM 7-10 3x</b>	Laktózmentes tej 1,5%, Kockasajt 8 db-os laktózmentes, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Csipketea 7-10, Kenőmájás diétás, Margarin Light, Gluténmentes kenyér, Zöldpaprika			Laktózmentes tej 1,5%, Minidzsem 25g-os, különféle, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér			Gyümölcsle 100% I-es, Laktózmentes sajt, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Retek kg			Forró csoki 7-10 LÉ+LM, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)		
		Energia: 314,09 Kcal / 1 312,90 KJ			Energia: 318,77 Kcal / 1 332,46 KJ			Energia: 363,24 Kcal / 1 518,34 KJ			Energia: 432,05 Kcal / 1 805,97 KJ			Energia: 381,67 Kcal / 1 595,38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18,61 g	13,24 g	5,86 g	9,29 g	16,44 g	5,44 g	10,74 g	15,56 g	4,87 g	11,26 g	19,73 g	7,42 g	15,77 g	21,04 g	8,07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,78 g	2,10 g	1,10 g	32,34 g	11,09 g	1,56 g	43,55 g	15,68 g	0,94 g	50,26 g	2,10 g	1,33 g	30,90 g	2,10 g	0,97 g		
11,(6)			11,(6),(7)			11,(6),(12)			11,(6)			11,(6)				
<b>(00165)</b> <b>Laktózmentes 7-10 3X</b>	Laktózmentes tej 1,5%, Tk szilvás croissant-LM,KM			Csipketea 7-10, Kenőmájás, Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér, Zöldpaprika			Laktózmentes tej 1,5%, Minidzsem 25g-os, különféle, Liga margarin tejmentes, Zsemle			Gyümölcsle 100% I-es, Laktózmentes sajt, Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér, Retek kg			Forró csoki 7-10 LM, Kifli korpás, Uborka(kígyó), Liga margarin tejmentes			
	Energia: 416,51 Kcal / 1 741,01 KJ			Energia: 424,82 Kcal / 1 775,75 KJ			Energia: 343,30 Kcal / 1 434,99 KJ			Energia: 450,15 Kcal / 1 881,63 KJ			Energia: 327,92 Kcal / 1 370,71 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	13,60 g	18,00 g	8,80 g	14,95 g	21,99 g	8,35 g	11,42 g	10,35 g	4,03 g	13,19 g	14,73 g	6,52 g	16,02 g	16,10 g	7,16 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
46,60 g	7,40 g	0,91 g	40,44 g	8,99 g	2,67 g	50,27 g	13,58 g	1,13 g	63,89 g	0,00 g	1,55 g	28,54 g	0,00 g	0,81 g		
1,15			1,(6),(7),(10)			1,(12)			1,(6)			1,7				





Heti étlap 2023.02.20. - 2023.02.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Laktózmentes tej 1,5%, Tk szilvás croissant-LM,KM			Csipketea 7-10, Kenőmájás, Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér, Zöldpaprika			Laktózmentes tej 1,5%, Minidzsem 25g-os, különféle, Liga margarin tejmentes, Magvas kenyér			Gyümölcsle 100% l-es, Laktózmentes sajt, Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér, Retek kg			Forró csoki 7-10 LM, Liga margarin tejmentes, Kifli korpás, Uborka(kígyó)		
		Energia: 435,89 Kcal / 1 822,02 KJ			Energia: 424,82 Kcal / 1 775,75 KJ			Energia: 404,45 Kcal / 1 690,60 KJ			Energia: 450,15 Kcal / 1 881,63 KJ			Energia: 327,92 Kcal / 1 370,71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15,25 g	18,75 g	9,30 g	14,95 g	21,99 g	8,35 g	15,36 g	13,43 g	3,90 g	13,19 g	14,73 g	6,52 g	16,02 g	16,10 g	7,16 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
48,00 g 7,40 g 0,96 g			40,44 g 8,99 g 2,67 g			54,62 g 13,58 g 1,53 g			63,89 g 0,00 g 1,55 g			28,54 g 0,00 g 0,81 g				
1,15			1,(6),(7),(10)			1,(12)			1,(6)			1,7				
Ebéd	(00103) Diab 11-14 1x	Csirkeragu leves 11-14, Káposztás kocka 11-14 LM			Zabpelyhes húsgombóc 11-14 dia, Paradicsom mártás 11-14 dia, Főtt burgonya 11-14 diab			Csirkepörkölt 11-14 diab, Sárgaborsó főzelék LM 11-14, Almás pite 1db (friss) 11-1 DM			Paprikás burgonya DM, Rozskenyér, Kovászos uborka			Karatlábéleves 11-14 diab, Bolognai spagetti 11-14 DM		
		Energia: 645,97 Kcal / 2 700,15 KJ			Energia: 739,20 Kcal / 3 089,86 KJ			Energia: 798,71 Kcal / 3 338,61 KJ			Energia: 718,61 Kcal / 3 003,79 KJ			Energia: 725,53 Kcal / 3 032,72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31,53 g	18,70 g	2,40 g	31,63 g	35,53 g	10,45 g	50,48 g	29,52 g	5,83 g	24,94 g	26,37 g	7,84 g	32,90 g	35,57 g	12,65 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
86,55 g 12,00 g 3,51 g			71,72 g 0,00 g 2,05 g			81,64 g 0,02 g 3,70 g			92,68 g 0,00 g 8,86 g			67,23 g 0,20 g 4,64 g				
1,3,9			1,3,9,15			1,3,7,15			1,(6),(7)			1,3,7,(6),(12)				
	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Csirkeragu leves 7-10, Káposztás kocka 7-10 LÉ			Húsgombóc 7-10 LÉ+LM, Paradicsom mártás 7-10 LÉ, Főtt burgonya 7-10 LÉ, Gluténmentes kenyér			Csirkepörkölt 7-10 LÉ, Sárgaborsó főzelék 7-10 LÉ, Almás pite 1db (friss) 7-10 LÉ			Paprikás burgonya 7-10 LÉ, Gluténmentes kenyér, Csemege uborka			Karatlábéleves 7-10 LÉ, Bolognai spagetti 7-10 LÉ, Banán		
		Energia: 562,17 Kcal / 2 349,87 KJ			Energia: 712,59 Kcal / 2 978,63 KJ			Energia: 742,57 Kcal / 3 103,94 KJ			Energia: 608,79 Kcal / 2 544,74 KJ			Energia: 832,42 Kcal / 3 479,52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19,86 g	17,28 g	2,00 g	21,63 g	27,68 g	7,08 g	42,65 g	28,15 g	5,53 g	19,51 g	25,77 g	7,03 g	24,34 g	29,69 g	9,97 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
80,08 g 13,50 g 2,98 g			92,31 g 20,08 g 1,91 g			78,49 g 5,29 g 3,08 g			72,46 g 2,10 g 5,77 g			114,45 g 4,09 g 4,18 g				
9			3,9,11,(6)			1,3,7			10,11,(6)			7,(1),(3),(6),(12)				





Heti étlap 2023.02.20. - 2023.02.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00144)</b> <b>Lisztérzékeny</b> <b>+LM 7-10 3x</b>	Csirkeragu leves 7-10, Káposztás kocka 7-10 LÉ +LM			Húsgombóc 7-10 LÉ+LM, Paradicsom mártás 7-10 LÉ+LM, Főtt burgonya 7- 10 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér			Csirkepörkölt 7-10 LÉ +LM, Sárgaborsó főzelék 7-10 LÉ+LM, Almás pite 1db (friss) 7-10 LÉ			Paprikás burgonya 7-10 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér, Vegyes vágott savanyúság			Karalábéleves 7-10 LÉ +LM, Bolognai spagetti 7- 10 LÉ+LM, Banán		
		Energia: 562,17 Kcal / 2 349,87 KJ			Energia: 712,59 Kcal / 2 978,63 KJ			Energia: 747,12 Kcal / 3 122,96 KJ			Energia: 614,92 Kcal / 2 570,37 KJ			Energia: 821,25 Kcal / 3 432,83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		19,86 g	17,28 g	2,00 g	21,63 g	27,68 g	7,08 g	41,70 g	28,49 g	5,83 g	20,01 g	25,87 g	7,03 g	23,51 g	28,85 g	9,43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	80,08 g	13,50 g	2,98 g	92,31 g	20,08 g	1,91 g	79,81 g	5,29 g	3,09 g	73,26 g	2,10 g	4,26 g	114,40 g	4,09 g	4,11 g	
	9			3,9,11,(6)			1,3			11,(6),(12)			(1),(3),(6),(7),(12)			
	<b>(00148)</b> <b>Laktózmentes 11</b> <b>-14 1x</b>	Csirkeragu leves 11-14, Káposztás kocka 11-14 LM			Zabpelyhes húsgombóc LM 11-14, Paradicsom mártás LM 11-14, Főtt burgonya LM 11-14, Rozskenyér			Csirkepörkölt LM 11-14, Sárgaborsó főzelék LM 11 -14, Almás pite 1db (friss) LM11-14			Paprikás burgonya 11- 14LM, Rozskenyér, Kovászos uborka			Karalábéleves LM 11-14, Bolognai spagetti LM 11- 14, Banán		
		Energia: 746,53 Kcal / 3 120,50 KJ			Energia: 763,09 Kcal / 3 189,72 KJ			Energia: 832,07 Kcal / 3 478,05 KJ			Energia: 683,93 Kcal / 2 858,83 KJ			Energia: 762,42 Kcal / 3 186,92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		34,48 g	21,35 g	2,74 g	25,41 g	22,91 g	6,00 g	51,24 g	28,93 g	5,43 g	23,31 g	23,81 g	7,01 g	29,36 g	27,90 g	9,50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
102,56 g	14,40 g	3,78 g	111,55 g	19,98 g	2,33 g	90,49 g	6,20 g	3,71 g	91,46 g	0,00 g	7,31 g	96,78 g	0,16 g	3,71 g		
1,3,9			1,3,9,(6),(7)			1,3			1,(6),(7)			1,3,(6),(7),(12)				
<b>(00165)</b> <b>Laktózmentes 7-</b> <b>10 3X</b>	Csirkeragu leves 11-14, Káposztás kocka 7-10 LM			Zabpelyhes húsgombóc 7-10 LM, Paradicsom mártás 7-10 LM, Főtt burgonya 7-10 LM, Rozskenyér			Csirkepörkölt 7-10 LM, Sárgaborsó főzelék 7-10 LM, Almás pite 1db (friss) 7-10 LM			Paprikás burgonya 7-10 LM, Rozskenyér, Kovászos uborka			Karalábéleves 7-10 LM, Bolognai spagetti 7-10 LM, Banán			
	Energia: 599,54 Kcal / 2 506,08 KJ			Energia: 683,09 Kcal / 2 855,32 KJ			Energia: 635,27 Kcal / 2 655,43 KJ			Energia: 632,66 Kcal / 2 644,52 KJ			Energia: 771,10 Kcal / 3 223,20 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	30,03 g	18,36 g	2,34 g	22,36 g	20,76 g	5,29 g	35,53 g	25,07 g	5,25 g	21,53 g	20,84 g	6,13 g	29,62 g	27,39 g	9,20 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
77,26 g	10,00 g	3,84 g	99,72 g	17,98 g	1,99 g	65,85 g	5,29 g	2,49 g	87,25 g	0,00 g	6,57 g	99,79 g	0,19 g	3,72 g		
1,3,9			1,3,9,(6),(7)			1,3			1,(6),(7)			1,3,(6),(7),(12)				





Heti étlap 2023.02.20. - 2023.02.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00168) Mogyoróérzékeny 7-10 1x	Csirkeragu leves 11-14, Káposztás kocka 7-10 Mogyi			Zabpelyhes húsgombóc 7-10 Mogy, Paradicsom mártás 7-10 Mogy, Főtt burgonya 7-10 mogyi, Rozskenyér			Csirkepörkölt 7-10 Mogyi, Sárgaborsó főzelék 11-14, Almás pite 1db (friss) 7-10 M			Paprikás burgonya 7-10 Mogyi, Rozskenyér, Kovászos uborka			Karalábéleves 7-10 Mogyi, Bolognai spagetti 7-10 Mogyi, Banán		
		Energia: 690,81 Kcal / 2 887,59 KJ			Energia: 761,46 Kcal / 3 182,90 KJ			Energia: 784,28 Kcal / 3 278,29 KJ			Energia: 632,66 Kcal / 2 644,52 KJ			Energia: 844,26 Kcal / 3 529,01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		32,68 g	20,95 g	2,67 g	26,02 g	24,13 g	6,41 g	46,20 g	28,47 g	5,56 g	21,53 g	20,84 g	6,13 g	31,68 g	29,52 g	9,89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	91,41 g	12,00 g	4,17 g	107,85 g	17,98 g	2,15 g	84,70 g	5,31 g	3,08 g	87,25 g	0,00 g	6,57 g	111,02 g	0,20 g	4,15 g	
	1,3,9			1,3,9,(6),(7)			1,3,7			1,(6),(7)			1,3,7,(6),(12)			
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Csirkeragu leves 11-14, Káposztás kocka 7-10 LM			Zabpelyhes húsgombóc 11-14 LM, Paradicsom mártás 11-14 LM, Főtt burgonya 11-14 LM, Rozskenyér			Csirkepörkölt 11-14 LM, Almás pite 1db (friss) 11-14 L, Sárgaborsó főzelék 7-10 LM			Paprikás burgonya 7-10 LM, Rozskenyér, Kovászos uborka			Karalábéleves 11-14 LM, Bolognai spagetti 11-14 LM, Banán		
		Energia: 690,81 Kcal / 2 887,59 KJ			Energia: 736,98 Kcal / 3 080,58 KJ			Energia: 622,35 Kcal / 2 601,42 KJ			Energia: 632,66 Kcal / 2 644,52 KJ			Energia: 889,01 Kcal / 3 716,06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
32,67 g		20,94 g	2,66 g	24,60 g	22,82 g	5,99 g	39,69 g	26,89 g	7,35 g	21,53 g	20,84 g	6,13 g	35,43 g	33,43 g	11,71 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
91,41 g	11,99 g	4,17 g	106,19 g	19,98 g	2,21 g	71,04 g	6,20 g	2,68 g	87,25 g	0,00 g	6,57 g	109,72 g	0,20 g	4,22 g		
1,3,9			1,3,9,(6),(7)			1,3,7			1,(6),(7)			1,3,(6),(7),(12)				
Uzsonna	(00142) Lisztérzékeny 7-10 3x	Müzliszelet carbona (gm,lm), Gyümölcslé 100% 0,2l-es			Natúr joghurt db, Alma			Keksz, (Barbara,Gullon), Narancs			Túró Rudi			Gyümölcspüré		
		Energia: 273,22 Kcal / 1 142,06 KJ			Energia: 144,02 Kcal / 602,00 KJ			Energia: 87,80 Kcal / 367,00 KJ			Energia: 122,00 Kcal / 509,96 KJ			Energia: 53,53 Kcal / 223,76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2,54 g	5,60 g	2,40 g	8,36 g	3,11 g	1,58 g	0,72 g	0,24 g	0,00 g	2,98 g	6,12 g	3,25 g	0,53 g	0,40 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51,20 g	8,00 g	0,16 g	18,96 g	0,00 g	0,27 g	10,20 g	0,00 g	0,01 g	12,98 g	11,92 g	0,02 g	11,52 g	0,00 g	0,01 g		
1,6,7,12,(5),(8),(11)			7						7,(1)							





Heti étlap 2023.02.20. - 2023.02.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	<b>(00144)</b> <b>Lisztérzékeny</b> <b>+LM 7-10 3x</b>	Gyümölcslé 100% 0,2l-es, Müzliszelet cerbona (gm,lm)			Joghurt, laktózmentes 150 g, Alma			Keksz, (Barbara,Gullon), Narancs			Laktózmentes rudi			Gyümölcspüré		
		Energia: 273,22 Kcal / 1 142,06 KJ			Energia: 141,51 Kcal / 591,51 KJ			Energia: 87,80 Kcal / 367,00 KJ			Energia: 50,24 Kcal / 210,00 KJ			Energia: 53,53 Kcal / 223,76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2,54 g	5,60 g	2,40 g	6,97 g	4,49 g	2,25 g	0,72 g	0,24 g	0,00 g	4,80 g	2,80 g	1,84 g	0,53 g	0,40 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	51,20 g	8,00 g	0,16 g	17,13 g	0,00 g	0,37 g	10,20 g	0,00 g	0,01 g	1,40 g	0,00 g	0,03 g	11,52 g	0,00 g	0,01 g	
	1,6,7,12,(5),(8),(11)									7						
	<b>(00165)</b> <b>Laktózmentes 7-10 3X</b>	Gyümölcstea 7-10, Kockasajt 8 db-os laktózmentes, Kifli korpás, Uborka(kígyó)			Joghurt, laktózmentes 150 g, Alma			Nutribella, sárgabarackos db, Narancs			Laktózmentes rudi			Gyümölcspüré		
		Energia: 219,93 Kcal / 919,31 KJ			Energia: 141,51 Kcal / 591,51 KJ			Energia: 149,46 Kcal / 624,74 KJ			Energia: 50,24 Kcal / 210,00 KJ			Energia: 53,53 Kcal / 223,76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,26 g	5,30 g	2,95 g	6,97 g	4,49 g	2,25 g	1,94 g	5,03 g	2,36 g	4,80 g	2,80 g	1,84 g	0,53 g	0,40 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
30,02 g	8,99 g	0,71 g	17,13 g	0,00 g	0,37 g	22,62 g	4,64 g	0,03 g	1,40 g	0,00 g	0,03 g	11,52 g	0,00 g	0,01 g		
1						1,(5),(6),(8),(11)			7							
<b>(00169)</b> <b>Laktózmentes 11-14 3x</b>	Gyümölcstea 7-10, Kockasajt 8 db-os laktózmentes, Kifli korpás, Uborka(kígyó)			Joghurt, laktózmentes 150 g, Alma			Nutribella, sárgabarackos db, Narancs			Laktózmentes rudi			Gyümölcspüré			
	Energia: 219,93 Kcal / 919,31 KJ			Energia: 141,51 Kcal / 591,51 KJ			Energia: 149,46 Kcal / 624,74 KJ			Energia: 50,24 Kcal / 210,00 KJ			Energia: 53,53 Kcal / 223,76 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	12,26 g	5,30 g	2,95 g	6,97 g	4,49 g	2,25 g	1,94 g	5,03 g	2,36 g	4,80 g	2,80 g	1,84 g	0,53 g	0,40 g	0,00 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
30,02 g	8,99 g	0,71 g	17,13 g	0,00 g	0,37 g	22,62 g	4,64 g	0,03 g	1,40 g	0,00 g	0,03 g	11,52 g	0,00 g	0,01 g		
1						1,(5),(6),(8),(11)			7							





Heti étlap 2023.02.20. - 2023.02.24.

.....  
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

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

