

		péntek												
Tízórai	(00142) Gluténmentes 7-10 3x	<p>Csipketea 11-14, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Zöldpaprika</p> <p>Energia: 269,70 Kcal / 1 127,35 Kj</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4,53 g</td> <td>12,68 g</td> <td>2,87 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>33,34 g</td> <td>12,09 g</td> <td>0,70 g</td> </tr> </tbody> </table> <p>11,(6)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	4,53 g	12,68 g	2,87 g	Szénhidrát	Cukor	Só	33,34 g	12,09 g	0,70 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv											
	4,53 g	12,68 g	2,87 g											
Szénhidrát	Cukor	Só												
33,34 g	12,09 g	0,70 g												
(00144) Gluténmentes +LM 7-10 3x	<p>Csipketea 11-14, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Zöldpaprika</p> <p>Energia: 269,69 Kcal / 1 127,30 Kj</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4,53 g</td> <td>12,67 g</td> <td>2,86 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>33,33 g</td> <td>12,08 g</td> <td>0,69 g</td> </tr> </tbody> </table> <p>11,(6)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	4,53 g	12,67 g	2,86 g	Szénhidrát	Cukor	Só	33,33 g	12,08 g	0,69 g	
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv												
4,53 g	12,67 g	2,86 g												
Szénhidrát	Cukor	Só												
33,33 g	12,08 g	0,69 g												
(00165) Laktózmentes 7-10 3X	<p>Csipketea 11-14, Liga margarin tejmentes, Barna kenyér, Zöldpaprika</p> <p>Energia: 260,00 Kcal / 1 086,80 Kj</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5,61 g</td> <td>7,60 g</td> <td>1,90 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>41,92 g</td> <td>9,99 g</td> <td>0,80 g</td> </tr> </tbody> </table> <p>1,(6),(7)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	5,61 g	7,60 g	1,90 g	Szénhidrát	Cukor	Só	41,92 g	9,99 g	0,80 g	
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv												
5,61 g	7,60 g	1,90 g												
Szénhidrát	Cukor	Só												
41,92 g	9,99 g	0,80 g												



Heti étlap 2023.08.28. - 2023.09.01.

		péntek															
Tízórai	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Csipketea 11-14, Liga margarin tejmentes, Barna kenyér, Zöldpaprika															
		<table border="1"> <tr> <td colspan="3">Energia: 260,02 Kcal / 1 086,88 Kj</td> </tr> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>5,61 g</td> <td>7,60 g</td> <td>1,90 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>41,92 g</td> <td>9,99 g</td> <td>0,80 g</td> </tr> </table> <p>1,(6),(7)</p>	Energia: 260,02 Kcal / 1 086,88 Kj			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	5,61 g	7,60 g	1,90 g	Szénhidrát	Cukor	Só	41,92 g	9,99 g	0,80 g
Energia: 260,02 Kcal / 1 086,88 Kj																	
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv															
5,61 g	7,60 g	1,90 g															
Szénhidrát	Cukor	Só															
41,92 g	9,99 g	0,80 g															
Ebéd	(00011) Gluténmentes 11-14 1x	Csirkeragu leves, Gránátos kocka 7-10 LÉ, Csemege uborka															
		<table border="1"> <tr> <td colspan="3">Energia: 701,99 Kcal / 2 934,32 Kj</td> </tr> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>30,61 g</td> <td>14,88 g</td> <td>1,83 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>109,30 g</td> <td>4,36 g</td> <td>7,52 g</td> </tr> </table> <p>9,10,(1),(3),(6),(7),(12)</p>	Energia: 701,99 Kcal / 2 934,32 Kj			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	30,61 g	14,88 g	1,83 g	Szénhidrát	Cukor	Só	109,30 g	4,36 g	7,52 g
	Energia: 701,99 Kcal / 2 934,32 Kj																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv															
30,61 g	14,88 g	1,83 g															
Szénhidrát	Cukor	Só															
109,30 g	4,36 g	7,52 g															
(00103) Diab 11-14 1x	Gránátos kocka 11-14 DM, Csirkeragu leves 11-14, Kovászos uborka	<table border="1"> <tr> <td colspan="3">Energia: 593,71 Kcal / 2 481,71 Kj</td> </tr> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>30,60 g</td> <td>11,85 g</td> <td>1,38 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>88,61 g</td> <td>0,01 g</td> <td>6,20 g</td> </tr> </table> <p>1,9</p>	Energia: 593,71 Kcal / 2 481,71 Kj			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	30,60 g	11,85 g	1,38 g	Szénhidrát	Cukor	Só	88,61 g	0,01 g	6,20 g
Energia: 593,71 Kcal / 2 481,71 Kj																	
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv															
30,60 g	11,85 g	1,38 g															
Szénhidrát	Cukor	Só															
88,61 g	0,01 g	6,20 g															





Heti étlap 2023.08.28. - 2023.09.01.

		péntek												
Ebéd	(00142) Gluténmentes 7-10 3x	<p>Csirkeragu leves, Gránátos kocka 7-10 LÉ, Csemege uborka</p> <p>Energia: 737,19 Kcal / 3 081,45 Kj</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsav</td> </tr> <tr> <td>26,63 g</td> <td>14,41 g</td> <td>1,72 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>122,91 g</td> <td>5,02 g</td> <td>6,73 g</td> </tr> </table> <p>9,10,(1),(3),(6),(7),(12)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	26,63 g	14,41 g	1,72 g	Szénhidrát	Cukor	Só	122,91 g	5,02 g	6,73 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav											
	26,63 g	14,41 g	1,72 g											
Szénhidrát	Cukor	Só												
122,91 g	5,02 g	6,73 g												
(00144) Gluténmentes +LM 7-10 3x	<p>Csirkeragu leves, Gránátos kocka 7-10 LÉ +LM, Csemege uborka</p> <p>Energia: 737,19 Kcal / 3 081,45 Kj</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsav</td> </tr> <tr> <td>26,63 g</td> <td>14,41 g</td> <td>1,72 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>122,91 g</td> <td>5,02 g</td> <td>6,73 g</td> </tr> </table> <p>9,10,(1),(3),(6),(7),(12)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	26,63 g	14,41 g	1,72 g	Szénhidrát	Cukor	Só	122,91 g	5,02 g	6,73 g	
Fehérje	Zsír	T.Zsírsav												
26,63 g	14,41 g	1,72 g												
Szénhidrát	Cukor	Só												
122,91 g	5,02 g	6,73 g												
(00148) Laktózmentes 11-14 1x	<p>Csirkeragu leves, Gránátos kocka 11-14 LM, Kovászos uborka</p> <p>Energia: 649,39 Kcal / 2 714,45 Kj</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsav</td> </tr> <tr> <td>33,82 g</td> <td>14,40 g</td> <td>1,97 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>94,79 g</td> <td>0,12 g</td> <td>7,55 g</td> </tr> </table> <p>1,3,9,(6),(7),(12)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	33,82 g	14,40 g	1,97 g	Szénhidrát	Cukor	Só	94,79 g	0,12 g	7,55 g	
Fehérje	Zsír	T.Zsírsav												
33,82 g	14,40 g	1,97 g												
Szénhidrát	Cukor	Só												
94,79 g	0,12 g	7,55 g												



Heti étlap 2023.08.28. - 2023.09.01.

		péntek		
Ebéd	(00165) Laktózmentes 7-10 3X	Csirkeragu leves, Gránátos kocka 7-10 LM, Kovászos uborka		
		Energia: 685,05 Kcal / 2 863,51 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		35,00 g	14,35 g	1,96 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	
	102,47 g	0,12 g	7,57 g	
	1,3,9,(6),(7),(12)			
	(00168) Mogyoróérzékeny 7-10 1x	Gránátos kocka 7-10 M, Csirkeragu leves 7-10, Kovászos uborka		
		Energia: 576,69 Kcal / 2 410,56 Kj		
Fehérje		Zsír	T.Zsírsvav	
29,19 g		12,59 g	1,65 g	
Szénhidrát	Cukor	Só		
85,38 g	0,01 g	5,83 g		
1,3,9				
(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Sertésraguleves 11-14 LM, Gránátos kocka 11-14 LM, Kovászos uborka			
	Energia: 902,26 Kcal / 3 771,45 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	
	38,83 g	22,20 g	3,99 g	
Szénhidrát	Cukor	Só		
134,91 g	0,01 g	6,63 g		
1,3,9				

		péntek		
Uzsonna	(00142) Gluténmentes 7-10 3x	Sárgabarack, Keksz, (Barbara,Gullon)		
		Energia: 112,33 Kcal / 469,54 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1,35 g	0,20 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	
	15,30 g	0,00 g	0,01 g	
	(00144) Gluténmentes +LM 7-10 3x	Sárgabarack, Keksz, (Barbara,Gullon)		
		Energia: 112,33 Kcal / 469,54 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1,35 g	0,20 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	
	15,30 g	0,00 g	0,01 g	
(00165) Laktózmentes 7-10 3X	Sárgabarack, Nutribella kókuszos keksz db			
	Energia: 169,23 Kcal / 707,38 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	2,59 g	5,06 g	2,42 g	
Szénhidrát	Cukor	Só		
26,20 g	4,02 g	0,04 g		
1,(5),(6),(8),(11)				
(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Sárgabarack, Nutribella kókuszos keksz db			
	Energia: 169,23 Kcal / 707,38 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	2,59 g	5,06 g	2,42 g	
Szénhidrát	Cukor	Só		
26,20 g	4,02 g	0,04 g		
1,(5),(6),(8),(11)				



Heti étlap 2023.08.28. - 2023.09.01.

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

