

Heti étlap 2024.02.12. - 2024.02.16.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00144) Gluténmentes +LM 7-10 3x	Gyümölcstea 7-10, Zala felvágott, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Paradicsom kg			Laktózmentes tej 1,5%, Méz, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér			Citromos tea 7-10, Laktózmentes sajt, Gluténmentes kenyér, Uborka(kígyó)			Laktózmentes tej 1,5%, Gabonagolyó gluténmentes			Gyümölcstea 7-10, Melegszendvics 7-10 LÉ +LM		
		Energia: 366,16 Kcal / 1 530,55 KJ			Energia: 330,31 Kcal / 1 380,70 KJ			Energia: 326,29 Kcal / 1 363,89 KJ			Energia: 243,16 Kcal / 1 016,41 KJ			Energia: 295,11 Kcal / 1 233,56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10,78 g	20,62 g	5,80 g	10,68 g	15,56 g	4,87 g	13,95 g	15,16 g	7,04 g	8,44 g	6,92 g	3,76 g	6,87 g	15,42 g	4,69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	33,26 g	11,09 g	1,71 g	35,52 g	10,20 g	0,93 g	32,43 g	11,09 g	1,44 g	35,96 g	0,00 g	0,93 g	31,18 g	11,09 g	0,94 g	
	11,(1),(6),(7)			11,(6)			11,(6)			11,(6)			11,(6)			
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Gyümölcstea 7-10, Zala felvágott, Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér, Paradicsom kg			Rizsital, kókuszital, Méz, Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér			Citromos tea 7-10, Vegán sajt, Burgonyás kenyér, Uborka(kígyó)			Rizsital, kókuszital, Gabonagolyó gluténmentes			Gyümölcstea 7-10, Vegán sajt, Liga margarin tejmentes, Fehérkenyér		
		Energia: 367,80 Kcal / 1 537,40 KJ			Energia: 336,44 Kcal / 1 406,32 KJ			Energia: 215,04 Kcal / 898,87 KJ			Energia: 250,65 Kcal / 1 047,72 KJ			Energia: 271,63 Kcal / 1 135,41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,25 g	16,08 g	4,95 g	6,66 g	9,51 g	2,32 g	7,00 g	2,12 g	1,07 g	2,56 g	5,83 g	2,00 g	6,02 g	8,53 g	2,85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41,27 g	8,99 g	2,30 g	55,30 g	16,09 g	1,30 g	40,95 g	8,99 g	1,33 g	46,14 g	7,99 g	0,70 g	42,39 g	8,99 g	1,43 g		
1,(6),(7)			1			1			1			1,(7)				
(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Gyümölcstea 11-14, Zala felvágott, Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér, Paradicsom kg			Laktózmentes tej 1,5%, Méz, Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér			Citromos tea 11-14, Laktózmentes sajt, Burgonyás kenyér, Uborka(kígyó)			Laktózmentes tej 1,5%, Gabonagolyó gluténmentes			Gyümölcstea 11-14, Melegszendvics 11-14 LM			
	Energia: 422,80 Kcal / 1 767,30 KJ			Energia: 354,81 Kcal / 1 483,11 KJ			Energia: 390,21 Kcal / 1 631,08 KJ			Energia: 325,98 Kcal / 1 362,60 KJ			Energia: 313,57 Kcal / 1 310,72 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	15,89 g	18,24 g	5,70 g	13,52 g	10,70 g	4,11 g	19,85 g	13,18 g	7,73 g	9,36 g	8,88 g	4,64 g	11,75 g	8,05 g	3,86 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
47,33 g	9,99 g	2,74 g	50,35 g	8,10 g	1,73 g	46,61 g	9,99 g	2,43 g	51,14 g	0,00 g	1,28 g	48,12 g	10,41 g	2,07 g		
1,(6),(7)			1			1			1			1,(3),(6),(7),(10)				





Heti étlap 2024.02.12. - 2024.02.16.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00011) Gluténmentes 11-14 1x	Sertésraguleves 7-10 LÉ, Rizsfelfújt 7-10 LÉ, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves 7-10 LÉ, Pirított csirkemáj 7-10 LÉ, Főtt burgonya 7-10 LÉ, Csemege uborka			Sült virsli 7-10 LÉ, Zöldbabfőzelék LÉ 7-10, Meggyes pite 1db 7-10 LÉ			Zellerkrémleves 7-10 LÉ, Rántott sertésszelet 7-10 LÉ, Hagymás törtburgonya 7-10 LÉ, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves LÉ 7-10, Bolognai spagetti 7-10 LÉ, Banán		
		Energia: 768,37 Kcal / 3 211,79 KJ			Energia: 722,44 Kcal / 3 019,80 KJ			Energia: 791,47 Kcal / 3 308,34 KJ			Energia: 844,44 Kcal / 3 529,76 KJ			Energia: 832,58 Kcal / 3 480,18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		32,10 g	22,58 g	6,50 g	37,29 g	20,40 g	3,60 g	23,21 g	41,22 g	12,42 g	33,51 g	37,62 g	7,34 g	27,34 g	29,78 g	9,96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	107,77 g	30,81 g	2,78 g	95,08 g	0,48 g	7,77 g	79,74 g	10,78 g	4,23 g	90,34 g	0,70 g	5,69 g	111,34 g	4,04 g	4,07 g	
	3,7,9,(12)			10			3,7			3,7,9,(12)			7,9,(1),(3),(6),(12)			
	(00012) Tejfehérje,- szójamentes 7-10 1X	Húsgombóclevés 7-10 TFM, Rizsfelfújt 7-10 TFM, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves 7-10 TFM, Pirított csirkemáj 7-10 TFM, Főtt burgonya 7-10 TFM, Csemege uborka			Sült virsli 7-10 TFM, Zöldbabfőzelék 7-10 TFM, Meggyes kakaós kevert 7-10 TFM			Zellerkrémleves 7-10 TFM, Rántott sertésszelet 7-10 TFM, Hagymás törtburgonya 7-10 TFM, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves 7-10 TFM, Bolognai spagetti 7-10 TFM, Banán		
		Energia: 627,47 Kcal / 2 622,82 KJ			Energia: 542,75 Kcal / 2 268,70 KJ			Energia: 681,55 Kcal / 2 848,88 KJ			Energia: 827,10 Kcal / 3 457,28 KJ			Energia: 781,33 Kcal / 3 265,96 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17,87 g	19,19 g	5,60 g	28,54 g	15,60 g	2,71 g	22,36 g	36,21 g	9,97 g	35,04 g	39,50 g	7,92 g	28,93 g	23,52 g	6,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94,40 g	34,20 g	2,40 g	70,40 g	0,00 g	6,52 g	65,05 g	17,28 g	3,48 g	80,53 g	0,00 g	5,85 g	111,77 g	0,00 g	2,74 g		
1,3,(12)			1,3,10			1,3			1,3,6,9,(7),(12)			1,3,9				
(00103) Diab 11-14 1x	Húsgombóclevés 11-14 diab, Rizsfelfújt 11-14 DM, Sárgabarack lekvár, diabetikus			Karalábéleves 11-14, Pirított csirkemáj 11-14, Főtt burgonya 11-14, Csemege uborka			Sült virsli 11-14 diab, Zöldbabfőzelék 11-14 DM, Meggyes pite 11-14 DM			Levesgyöngy, Zellerkrémleves 11-14 DM, Rántott sertésszelet 11-14 DM, Főtt burgonya 11-14 diab, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves 11-14 DM, Bolognai spagetti 11-14 DM, Körte			
	Energia: 631,49 Kcal / 2 639,63 KJ			Energia: 606,19 Kcal / 2 533,87 KJ			Energia: 683,43 Kcal / 2 856,74 KJ			Energia: 784,78 Kcal / 3 280,38 KJ			Energia: 847,49 Kcal / 3 542,51 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	29,36 g	25,61 g	8,96 g	31,62 g	17,97 g	3,08 g	25,65 g	39,23 g	11,89 g	36,10 g	39,93 g	8,00 g	37,54 g	36,23 g	12,65 g	



Heti étlap 2024.02.12. - 2024.02.16.

	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	70,54 g	0,00 g	3,28 g	77,68 g	0,00 g	7,35 g	55,21 g	1,01 g	4,35 g	68,05 g	0,12 g	6,92 g	91,17 g	0,21 g	4,29 g
	1,3,7,15			1,3,10			1,3,7,15			1,3,6,7,9,(12)			1,3,7,9,(6),(12)		
(00142) Gluténmentes 7-10 3x	Sertésraguleves 7-10 LÉ, Rizsfelfújt 7-10 LÉ, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves 7-10 LÉ, Pirított csirkemáj 7-10 LÉ, Főtt burgonya 7-10 LÉ, Csemege uborka			Sült virsli 7-10 LÉ, Zöldbabfőzelék LÉ 7-10, Meggyes pite 1db 7-10 LÉ			Zellerkrémleves 7-10 LÉ, Rántott sertésszelet 7-10 LÉ, Hagymás törtburgonya 7-10 LÉ, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves LÉ 7-10, Bolognai spagetti 7-10 LÉ, Banán		
	Energia: 644,69 Kcal / 2 694,80 KJ			Energia: 540,17 Kcal / 2 257,91 KJ			Energia: 659,57 Kcal / 2 757,00 KJ			Energia: 817,38 Kcal / 3 416,65 KJ			Energia: 811,59 Kcal / 3 392,45 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	26,76 g	18,82 g	5,42 g	27,19 g	15,46 g	2,68 g	19,35 g	34,36 g	10,36 g	32,94 g	36,92 g	7,26 g	27,08 g	29,76 g	9,96 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90,89 g	26,58 g	2,32 g	71,36 g	0,40 g	6,48 g	66,46 g	8,99 g	3,53 g	85,82 g	0,70 g	5,57 g	106,50 g	4,04 g	4,06 g	
3,7,9,(12)			10			3,7			3,7,9,(12)			7,9,(1),(3),(6),(12)			
(00144) Gluténmentes +LM 7-10 3x	Sertésraguleves 7-10 LÉ +LM, Rizsfelfújt 7-10 LÉ +LM, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves 7-10 LÉ +LM, Pirított csirkemáj 7-10 LÉ, Főtt burgonya 7-10 LÉ+LM, Csemege uborka			Sült virsli 7-10 LÉ+LM, Zöldbabfőzelék 7-10 LÉ +LM, Meggyes pite 1db 7-10 LÉ+LM			Zellerkrémleves 7-10 LÉ +LM, Rántott sertésszelet LÉ+L 7-10, Hagymás törtburgonya 7-10 LÉLM, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves LÉ+LM 7-10, Bolognai spagetti 7-10 LÉ+LM, Banán		
	Energia: 625,14 Kcal / 2 613,09 KJ			Energia: 540,17 Kcal / 2 257,91 KJ			Energia: 683,62 Kcal / 2 857,53 KJ			Energia: 828,54 Kcal / 3 463,30 KJ			Energia: 821,41 Kcal / 3 433,49 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	26,56 g	18,82 g	5,79 g	27,19 g	15,46 g	2,68 g	19,49 g	37,20 g	11,71 g	32,99 g	38,18 g	7,81 g	26,51 g	28,94 g	9,42 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
85,89 g	26,58 g	2,28 g	71,36 g	0,40 g	6,48 g	65,88 g	8,99 g	3,55 g	85,72 g	0,70 g	5,58 g	111,29 g	4,04 g	4,00 g	
3,9,(12)			10			3			3,9,(12)			9,(1),(3),(6),(7),(12)			
(00148) Laktózmentes 11-14 1x	Húsgombóclevés LM 11-14, Rizsfelfújt LM 11-14, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves LM 11-14, Pirított csirkemáj LM 11-14, Főtt burgonya LM 11-14, Csemege uborka			Sült virsli LM 11-14, Zöldbabfőzelék LM 11-14, Meggyes pite 1db 11-14 LM			Zellerkrémleves LM 11-14, Rántott sertésszelet LM 11-14, Hagymás törtburgonya LM 11-14, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves LM 11-14, Bolognai spagetti LM 11-14, Banán		
	Energia: 755,98 Kcal / 3 160,00 KJ			Energia: 606,19 Kcal / 2 533,87 KJ			Energia: 746,28 Kcal / 3 119,45 KJ			Energia: 851,40 Kcal / 3 558,85 KJ			Energia: 987,05 Kcal / 4 125,87 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv



Heti étlap 2024.02.12. - 2024.02.16.

Heti étlap 2024.02.12. - 2024.02.16.															
	29,63 g	25,67 g	9,40 g	31,62 g	17,97 g	3,08 g	25,64 g	41,53 g	12,93 g	38,20 g	38,03 g	6,84 g	40,71 g	34,14 g	11,76 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	99,97 g	31,40 g	3,23 g	77,68 g	0,00 g	7,35 g	65,44 g	9,00 g	4,34 g	86,72 g	0,30 g	9,77 g	127,03 g	0,21 g	4,55 g
	1,3,(12)			1,3,10			1,3			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,9,(6),(7),(12)		
(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Húsgombócleves 7-10 TFM, Rizsfelfűjt 7-10 TFM, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves 7-10 TFM, Pirított csirkemáj 7-10 TFM, Főtt burgonya 7-10 TFM, Csemege uborka			Sült virsli 7-10 TFM, Zöldbabfőzelék 7-10 TFM, Meggyes kakaós kevert 7-10 TFM			Zellerkrémleves 7-10 TFM, Rántott sertésszelet 7-10 TFM, Hagymás törtburgonya 7-10 TFM, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves 7-10 TFM, Bolognai spagetti 7-10 TFM, Banán		
	Energia: 627,47 Kcal / 2 622,82 KJ			Energia: 542,75 Kcal / 2 268,70 KJ			Energia: 681,55 Kcal / 2 848,88 KJ			Energia: 827,10 Kcal / 3 457,28 KJ			Energia: 781,33 Kcal / 3 265,96 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	17,87 g	19,19 g	5,60 g	28,54 g	15,60 g	2,71 g	22,36 g	36,21 g	9,97 g	35,04 g	39,50 g	7,92 g	28,93 g	23,52 g	6,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94,40 g	34,20 g	2,40 g	70,40 g	0,00 g	6,52 g	65,05 g	17,28 g	3,48 g	80,53 g	0,00 g	5,85 g	111,77 g	0,00 g	2,74 g	
1,3,(12)			1,3,10			1,3			1,3,6,9,(7),(12)			1,3,9			
(00168) Mogyoróérzékeny 7-10 1x	Húsgombócleves 7-10 Mogyi, Rizsfelfűjt 7-10 Mogyi, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves 7-10 Mogyi, Pirított csirkemáj 7-10 M, Főtt burgonya 7-10 mogyi, Csemege uborka			Sült virsli 7-10 Mogyi, Zöldbabfőzelék 7-10 Mogyi, Meggyes pite 1db 7-10 Mogyi			Zellerkrémleves 7-10 Mogyi, Rántott sertésszelet 7-10 Mogyi, Levesgyöngy, Hagymás törtburgonya 7-10, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves 7-10 Mogyi, Bolognai spagetti 7-10 Mogyi, Banán		
	Energia: 641,24 Kcal / 2 680,38 KJ			Energia: 542,75 Kcal / 2 268,70 KJ			Energia: 659,02 Kcal / 2 754,70 KJ			Energia: 883,65 Kcal / 3 693,66 KJ			Energia: 845,75 Kcal / 3 535,24 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	24,00 g	20,32 g	7,01 g	28,54 g	15,60 g	2,71 g	22,25 g	34,57 g	10,30 g	36,22 g	42,51 g	7,91 g	34,61 g	29,63 g	9,88 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89,55 g	26,22 g	2,66 g	70,40 g	0,00 g	6,52 g	62,99 g	9,00 g	3,52 g	86,56 g	0,10 g	6,82 g	108,29 g	0,21 g	4,04 g	
1,3,7,(12)			1,3,10			1,3,7			1,3,6,7,9,(12)			1,3,7,9,(6),(12)			
(00169) Laktózmentes 11	Húsgombócleves 11-14 LM, Rizsfelfűjt 11-14 LM, Sárgabaracklekvár			Karalábéleves 11-14 LM, Pirított csirkemáj 11-14 LM, Főtt burgonya 11-14 LM, Csemege uborka			Sült virsli LM 11-14, Zöldbabfőzelék 11-14 LM, Meggyes pite 1db 11-14 LM			Zellerkrémleves LM 11-14, Rántott sertésszelet 11-14 LM, Hagymás törtburgonya LM 11-14, Vegyes vágott savanyúság			Zöldborsóleves 11-14 LM, Bolognai spagetti 11-14 LM, Banán		





Heti étlap 2024.02.12. - 2024.02.16.

-14 3x		Energia: 722,30 Kcal / 3 019,21 Kj			Energia: 606,19 Kcal / 2 533,87 Kj			Energia: 700,88 Kcal / 2 929,68 Kj			Energia: 851,40 Kcal / 3 558,85 Kj			Energia: 987,06 Kcal / 4 125,91 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		29,65 g	26,37 g	10,63 g	31,62 g	17,97 g	3,08 g	25,82 g	43,69 g	15,48 g	38,20 g	38,03 g	6,84 g	40,71 g	34,14 g	11,76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		99,98 g	31,40 g	3,17 g	77,68 g	0,00 g	7,35 g	65,69 g	9,00 g	4,24 g	86,72 g	0,30 g	9,77 g	127,03 g	0,21 g	4,26 g
		1,3,(12)			1,3,10			1,3			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,9,(6),(7),(12)		
Uzsonna	(00144) Gluténmentes +LM 7-10 3x	Liga margarin tejmentes, Retek kg, Gluténmentes kenyér		Párizsi, Liga margarin tejmentes, Gluténmentes kenyér, Zöldpaprika			Sárgarépás margarin 7-10 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér			Joghurt, laktózmentes 150 g, Keks, (Barbara,Gullon)			Gyümölcspüré			
		Energia: 220,30 Kcal / 920,85 Kj		Energia: 313,21 Kcal / 1 309,22 Kj			Energia: 227,32 Kcal / 950,20 Kj			Energia: 252,16 Kcal / 1 054,03 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
		4,06 g	12,56 g	2,87 g	9,28 g	19,96 g	5,62 g	4,26 g	12,60 g	2,88 g	6,49 g	4,01 g	2,25 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
		21,85 g	2,10 g	0,70 g	23,10 g	2,10 g	1,61 g	23,28 g	2,10 g	0,76 g	8,73 g	0,00 g	0,36 g	11,52 g	0,00 g	0,01 g
			11,(6)			11,(1),(6),(7),(10)			11,(6)							
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Retek kg		Párizsi, Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Zöldpaprika			Sárgarépás margarin 7-10 TFM, Zsemle			Gyümölcslé 100% 0,2l-es, Keks, (Barbara,Gullon)			Gyümölcspüré			
		Energia: 220,43 Kcal / 921,40 Kj		Energia: 313,34 Kcal / 1 309,76 Kj			Energia: 207,38 Kcal / 866,85 Kj			Energia: 195,42 Kcal / 816,86 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
		4,90 g	7,54 g	1,96 g	10,12 g	14,94 g	4,71 g	4,94 g	7,39 g	2,04 g	0,14 g	0,00 g	0,00 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
32,23 g		0,00 g	0,80 g	33,48 g	0,00 g	1,71 g	30,00 g	0,00 g	0,95 g	28,00 g	0,00 g	0,01 g	11,52 g	0,00 g	0,01 g	
		1,(6),(7)			1,(6),(7),(10)			1								
(00169) Laktózmentes 11 -14 3x	Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Retek kg		Párizsi, Liga margarin tejmentes, Rozskenyér, Zöldpaprika			Sárgarépás margarin 11-14 LM, Magvas kenyér			Laktózmentes tej 1,5%, Zsemle			Gyümölcspüré				
	Energia: 246,54 Kcal / 1 030,54 Kj		Energia: 360,77 Kcal / 1 508,02 Kj			Energia: 302,29 Kcal / 1 263,57 Kj			Energia: 214,11 Kcal / 894,98 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	
	5,71 g	7,63 g	1,97 g	12,12 g	16,85 g	5,41 g	10,34 g	11,04 g	1,91 g	11,30 g	3,35 g	2,13 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	
	37,59 g	0,00 g	0,92 g	38,86 g	0,00 g	2,06 g	39,99 g	0,00 g	1,54 g	34,10 g	0,00 g	1,02 g	11,52 g	0,00 g	0,01 g	
		1,(6),(7)			1,(6),(7),(10)			1			1					





Heti étlap 2024.02.12. - 2024.02.16.

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

