

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Zöldtea 7-10, Gépsonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Zsemle[1], Uborka(kígyó)	Citromos tea 7-10, Vegán sajt(1), Liga margarin tejmentes, Rozskenyér[1, (6,7)], Zöldpaprika	Gyümölcstea 7-10, Csemege szalámi(1,6,7), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Paradicsom kg	Vaníliás tej 7-10 TFM, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]	Gyümölcstea 7-10, Melegszendvics 7-10 TFM, SZM[1,(10)]
		Energia: 288.75 Kcal / 1,206.98 Kj	Energia: 354.34 Kcal / 1,481.14 Kj	Energia: 301.92 Kcal / 1,262.03 Kj	Energia: 293.17 Kcal / 1,225.45 Kj	Energia: 313.06 Kcal / 1,308.59 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		11.90 g9.52 g2.76 g	5.41 g14.59 g8.00 g	8.51 g14.04 g4.23 g	5.44 g9.26 g2.27 g	6.99 g12.01 g5.12 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		38.51 g8.99 g1.23 g	48.72 g8.99 g1.48 g	34.43 g8.99 g1.39 g	46.32 g9.99 g0.89 g	43.68 g8.99 g1.84 g
		1	1,(6),(7)	1,(6),(7),(11)	1	1,(10)
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Zöldtea 7-10, Gépsonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Zsemle[1], Uborka(kígyó)	Citromos tea 7-10, Vegán sajt(1), Liga margarin tejmentes, Rozskenyér[1, (6,7)], Zöldpaprika	Gyümölcstea 7-10, Csemege szalámi(1,6,7), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Paradicsom kg	Vaníliás tej 7-10 TFM, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]	Gyümölcstea 7-10, Melegszendvics 7-10 TFM [1,(7,10)]
		Energia: 288.75 Kcal / 1,206.98 Kj	Energia: 354.34 Kcal / 1,481.14 Kj	Energia: 301.92 Kcal / 1,262.03 Kj	Energia: 293.17 Kcal / 1,225.45 Kj	Energia: 337.06 Kcal / 1,408.91 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		11.90 g9.52 g2.76 g	5.41 g14.59 g8.00 g	8.51 g14.04 g4.23 g	5.44 g9.26 g2.27 g	8.18 g13.53 g5.55 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		38.51 g8.99 g1.23 g	48.72 g8.99 g1.48 g	34.43 g8.99 g1.39 g	46.32 g9.99 g0.89 g	45.04 g8.99 g2.11 g
		1	1,(6),(7)	1,(6),(7),(11)	1	1,(7),(10)
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Zöldtea 11-14, Gépsonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Zsemle[1], Uborka(kígyó)	Citromos tea 11-14, Laktózmentes sajt, Liga margarin tejmentes, Rozskenyér[1,(6,7)], Zöldpaprika	Gyümölcstea 11-14, Csemege szalámi(1,6,7), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Paradicsom kg	Vaníliás tej 11-14 LM, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]	Gyümölcstea 11-14, Melegszendvics 11-14 LM [1,(3,6,7,10)]
		Energia: 294.07 Kcal / 1,229.21 Kj	Energia: 424.31 Kcal / 1,773.62 Kj	Energia: 391.79 Kcal / 1,637.68 Kj	Energia: 286.49 Kcal / 1,197.53 Kj	Energia: 313.57 Kcal / 1,310.72 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		12.00 g9.53 g2.76 g	15.72 g17.33 g8.04 g	9.35 g21.17 g6.14 g	11.32 g10.35 g4.03 g	11.75 g8.05 g3.86 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		39.71 g9.99 g1.24 g	49.92 g9.99 g1.74 g	39.82 g9.99 g1.57 g	36.34 g2.20 g1.12 g	48.12 g10.86 g2.07 g
		1	1,(6),(7)	1,(6),(7),(11)	1	1,(3),(6),(7),(10)
Ebéd	(00011) Lisztérzékeny 11-14 1x					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00011) Lisztérzékeny 11-14 1x	Tojás leves 11-14 LÉ[3], Rakott kelkáposzta 11-14 LÉ[7], Gluténmentes kenyér[11,(6)], Őszibarack	Paradicsomleves 11-14 LÉ[9], Rántott hal 11-14 LÉ[3,4], Petrezselymes rizs 11-14 LÉ, Vegyes vágott savanyúság (cuko (12)	Sertéssült 11-14 LÉ, Zöldborsófőzelék 11-14 LÉ[7], Gluténmentes kenyér[11,(6)], Nektarin	Meggyleves 11-14 LÉ[7], Brassói körettel 11-14 LÉ, Csemege uborka[10]	Lencseleves kolbásszal 11-14[10,(1,6,7,12)], Mákos metélt 11-14 LÉ, Nektarin
		Energia: 832.76 Kcal / 3,480.94 KJ	Energia: 888.05 Kcal / 3,712.05 KJ	Energia: 800.04 Kcal / 3,344.17 KJ	Energia: 721.64 Kcal / 3,016.46 KJ	Energia: 917.20 Kcal / 3,833.90 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		34.57 g 38.10 g 10.69 g	31.43 g 28.79 g 4.18 g	46.01 g 26.01 g 5.65 g	28.60 g 20.05 g 6.18 g	25.72 g 30.73 g 6.59 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		85.60 g 2.45 g 2.61 g	123.52 g 18.57 g 4.41 g	93.43 g 8.09 g 4.05 g	103.54 g 24.98 g 6.47 g	132.82 g 24.98 g 3.31 g
		3,7,11,(6)	3,4,9,(12)	7,11,(6)	7,10	10,(1),(6),(7),(12)
	(00013) Lisztérzékeny +laktózm. 11-14 1x	Tojás leves 11-14 LÉ+LM [3], Rakott kelkáposzta 11-14 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Őszibarack	Paradicsomleves 11-14 LÉ+LM[9], Rántott hal 11-14 LÉ+LM[3,4], Petrezselymes rizs 11-14 LM, Vegyes vágott savanyúság (cuko(12)	Sertéssült 11-14 LÉ+LM, Zöldborsófőzelék 11-14 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Nektarin	Meggyleves 11-14 LÉ +LM, Brassói körettel 11-14 LÉ+LM, Csemege uborka[10]	Lencseleves kolbásszal 11-14 L[10,(1,6,7,12)], Mákos metélt 11-14 LÉ +LM[1,(3)], Nektarin
		Energia: 864.12 Kcal / 3,612.02 KJ	Energia: 819.68 Kcal / 3,426.26 KJ	Energia: 822.22 Kcal / 3,436.88 KJ	Energia: 709.94 Kcal / 2,967.55 KJ	Energia: 963.87 Kcal / 4,028.98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		34.73 g 41.58 g 12.22 g	36.19 g 18.61 g 3.08 g	46.64 g 26.93 g 5.88 g	28.62 g 18.95 g 5.73 g	34.80 g 31.99 g 6.97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		85.41 g 2.45 g 2.79 g	125.36 g 18.61 g 5.14 g	96.06 g 8.44 g 4.13 g	103.08 g 24.98 g 6.00 g	133.07 g 20.98 g 3.71 g
		3,11,(6)	3,4,9,(12)	11,(6)	10	1,10,(3),(6),(7),(12)
	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Tojás leves 7-10 TFM, SZM[1,3], Rakott kel 7-10 TFM, SZM, Zsemle[1], Őszibarack	Paradicsomleves 7-10 TFM, SZM[1,3,9], Halrudacska 7-10 TFM, SZM[4], Petrezsely. rizs 7-10 TFM, SZM, Vegyes vágott savanyúság (cuko (12)	Sertéssült 7-10 TFM, SZM, Zöldborsófőzelék 7-10 TFM, SZM[1], Pék kifli [1,7], Nektarin	Meggyleves 7-10 TFM, SZM[1], Brassói körettel 7-10 TFM, SZM[1], Kovászos uborka(1)	Lencseleves kolb. 7-10 TFM, SZ[1,10,(6,7,12)], Dejós metélt 7-10 TFM, SZM[1,(3)], Nektarin
		Energia: 723.33 Kcal / 3,023.52 KJ	Energia: 641.88 Kcal / 2,683.06 KJ	Energia: 769.51 Kcal / 3,216.55 KJ	Energia: 630.35 Kcal / 2,634.86 KJ	Energia: 814.11 Kcal / 3,402.98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		30.89 g 29.78 g 9.42 g	25.84 g 20.05 g 2.31 g	44.10 g 18.92 g 4.14 g	26.60 g 16.46 g 4.93 g	31.61 g 25.79 g 4.06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		81.51 g 0.00 g 2.51 g	88.73 g 14.99 g 3.94 g	104.33 g 9.83 g 3.82 g	91.22 g 22.98 g 6.56 g	112.93 g 15.48 g 3.63 g
		1,3	1,3,4,9,(12)	1,7	1	1,10,(3),(6),(7),(12)
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x					



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Tojás leves 7-10 TFM [1,3], Rakott kelkáposzta 7-10 TFM, Teljeskiőrlésű kenyér[1,(6,7,11)], Őszibarack	Paradicsomleves 7-10 TFM[1,3,9], Halrudacska 7-10 TFM[4], Petrezselymes rizs 7-10 TFM, Vegyes vágott savanyúság (cuko(12)	Sertéssült 7-10 TFM, Zöldborsófőzelék 7-10 TFM[1], Pék kifli[1,7], Nektarin	Meggyleves 7-10 TFM[1], Brassói körettel 7-10 TFM [1], Kovászos uborka(1)	Lencseleves kolbásszal 7-10 TF[1,10,(6,7,12)], Dejós metélt 7-10 TFM[1, (3)], Nektarin
		Energia: 654.63 Kcal / 2,736.35 KJ	Energia: 641.88 Kcal / 2,683.06 KJ	Energia: 769.51 Kcal / 3,216.55 KJ	Energia: 631.13 Kcal / 2,638.12 KJ	Energia: 814.11 Kcal / 3,402.98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		29.49 g 25.29 g 6.45 g	25.84 g 20.05 g 2.31 g	44.10 g 18.92 g 4.14 g	26.57 g 16.24 g 4.75 g	31.61 g 25.79 g 4.06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		75.35 g 0.00 g 2.18 g	88.73 g 14.99 g 3.94 g	104.33 g 9.83 g 4.21 g	91.93 g 23.38 g 6.55 g	112.93 g 15.48 g 3.63 g
		1,3,(6),(7),(11)	1,3,4,9,(12)	1,7	1	1,10,(3),(6),(7),(12)
	(00168) Mogyoróérzéke y 11-14 1x	Tojás leves 11-14 M[1,3], Rakott kelkáposzta 11-14 M[7], Teljeskiőrlésű kenyér[1,(6,7,11)], Őszibarack	Paradicsomleves 11-14 M[1,3,9], Halrudacska 11-14 M[4], Petrezselymes rizs 11-14 M, Vegyes vágott savanyúság (cuko (12)	Sertéssült 11-14 M, Zöldborsófőzelék 11-14 M [1,7], Sajtos kifli[1,3,7], Nektarin	Meggyleves 11-14 M [1,7], Brassói körettel 11-14 M[1], Kovászos uborka (1)	Lencseleves kolbásszal 11-14 M[1,10,(6,7,12)], Dejós metélt 11-14 M[1, (3)], Nektarin
		Energia: 786.05 Kcal / 3,285.69 KJ	Energia: 718.29 Kcal / 3,002.45 KJ	Energia: 817.21 Kcal / 3,415.94 KJ	Energia: 715.82 Kcal / 2,992.13 KJ	Energia: 856.53 Kcal / 3,580.30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		35.41 g 32.05 g 9.55 g	28.95 g 21.18 g 2.44 g	49.58 g 21.14 g 4.67 g	29.63 g 20.08 g 6.16 g	33.11 g 26.13 g 4.12 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		86.85 g 0.00 g 2.34 g	102.12 g 17.98 g 4.03 g	104.86 g 5.99 g 4.50 g	101.01 g 24.98 g 12.47 g	121.22 g 16.48 g 3.69 g
		1,3,7,(6),(11)	1,3,4,9,(12)	1,3,7	1,7	1,10,(3),(6),(7),(12)
	(00169) Laktózmentes 11 -14 3x	Tojás leves 11-14 LM [1,3], Rakott kelkáposzta 11-14 LM, Teljeskiőrlésű kenyér[1,(6,7,11)], Őszibarack	Paradicsomleves 11-14 LM[1,3,9], Halrudacska 11-14 LM[4], Petrezselymes rizs 11-14 LM, Vegyes vágott savanyúság (cuko (12)	Sertéssült 11-14 LM, Zöldborsófőzelék 11-14 LM[1], Pék kifli[1,7], Nektarin	Meggyleves 11-14 LM[1], Brassói körettel 11-14 LM [1], Kovászos uborka(1)	Lencseleves kolbásszal 11-14 L[1,10,(6,7,12)], Dejós metélt 11-14 LM[1, (3)], Nektarin
		Energia: 821.32 Kcal / 3,433.12 KJ	Energia: 726.74 Kcal / 3,037.77 KJ	Energia: 818.70 Kcal / 3,422.17 KJ	Energia: 713.73 Kcal / 2,983.39 KJ	Energia: 903.09 Kcal / 3,774.92 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		35.59 g 35.91 g 11.13 g	28.96 g 22.11 g 2.54 g	49.47 g 20.99 g 4.89 g	29.79 g 19.75 g 5.90 g	35.88 g 27.29 g 4.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		86.77 g 0.00 g 2.52 g	102.13 g 17.98 g 4.23 g	106.47 g 8.23 g 5.07 g	101.08 g 24.98 g 6.58 g	127.42 g 16.48 g 3.70 g
		1,3,(6),(7),(11)	1,3,4,9,(12)	1,7	1	1,10,(3),(6),(7),(12)

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek																														
Uzsonna	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x																																											
		Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Pék kifli[1,7]			Keksz, (Barbara,Gullon), Nektarin			Keksz, (Barbara,Gullon), Alma			Párizsi (allergénm)(10), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Uborka(kígyó)			Keksz, (Barbara,Gullon), Alma																														
		Energia: 209.38 Kcal / 875.21 KJ			Energia: 140.07 Kcal / 585.49 KJ			Energia: 90.28 Kcal / 377.37 KJ			Energia: 232.83 Kcal / 973.23 KJ			Energia: 109.33 Kcal / 457.00 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav																												
		3.24 g	0.23 g	0.09 g	1.41 g	0.69 g	0.08 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	6.96 g	10.99 g	3.18 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g																												
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																												
		46.81 g	1.12 g	0.53 g	17.67 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	25.67 g	0.00 g	1.14 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g																												
	1,7															1,(6),(7),(10),(11)																												
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x																																											
		Szójatej, vaníliás, 2,5dl [6], Pék kifli[1,7]			Keksz, (Barbara,Gullon), Nektarin			Keksz, (Barbara,Gullon), Alma			Párizsi (allergénm)(10), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Uborka(kígyó)			Keksz, (Barbara,Gullon), Alma																														
		Energia: 320.31 Kcal / 1,338.90 KJ			Energia: 140.07 Kcal / 585.49 KJ			Energia: 90.28 Kcal / 377.37 KJ			Energia: 232.83 Kcal / 973.23 KJ			Energia: 90.28 Kcal / 377.37 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav																												
		13.70 g	4.96 g	0.92 g	1.41 g	0.69 g	0.08 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	6.96 g	10.99 g	3.18 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g																												
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																												
		54.37 g	2.24 g	1.39 g	17.67 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	25.67 g	0.00 g	1.14 g	10.50 g	0.00 g	0.01 g																												
	1,6,7															1,(6),(7),(10),(11)																												
	(00169) Laktózzmentes 11-14 3x																																											
		Laktózzmentes tej 1,5%, Pék kifli[1,7]			Keksz, (Barbara,Gullon), Nektarin			Keksz, (Barbara,Gullon), Alma			Párizsi (allergénm)(10), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Uborka(kígyó)			Keksz, tk., napraforgómagos[1,3,(5)], Alma																														
		Energia: 257.82 Kcal / 1,077.69 KJ			Energia: 159.12 Kcal / 665.12 KJ			Energia: 90.28 Kcal / 377.37 KJ			Energia: 316.37 Kcal / 1,322.43 KJ			Energia: 187.18 Kcal / 782.41 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav																												
		12.80 g	3.46 g	2.17 g	1.41 g	0.69 g	0.08 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	7.70 g	18.10 g	5.09 g	3.00 g	6.54 g	0.79 g																												
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																													
43.22 g		2.24 g	1.27 g	17.67 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	29.63 g	0.00 g	1.32 g	25.80 g	6.60 g	0.22 g																													
1,7															1,(6),(7),(10),(11)															1,3,(5)														

.....
Élelmezésvezető

.....
AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

