

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Gyümölcstea 7-10, Sajtkrém, natur[7], Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Zöldpaprika	Rizsital, kókuszital, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]	Zöldtea 7-10, Gépsonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Uborka(kígyó)	Gyümölcstea 7-10, Vegán sajt(1), Liga margarin tejmentes, Zsemle[1], Paradicsom kg	Rizsital, kókuszital, Méz, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]
		Energia: 377.15 Kcal / 1,576.49 Kj	Energia: 285.14 Kcal / 1,191.89 Kj	Energia: 272.14 Kcal / 1,137.55 Kj	Energia: 334.83 Kcal / 1,399.59 Kj	Energia: 334.21 Kcal / 1,397.00 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		8.03 g19.27 g8.95 g	5.44 g9.26 g2.27 g	11.49 g9.83 g2.67 g	5.16 g14.36 g8.09 g	5.50 g9.26 g2.27 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		42.42 g8.99 g1.65 g	44.32 g7.99 g0.89 g	33.52 g8.99 g0.93 g	45.40 g8.99 g1.58 g	56.47 g20.14 g0.89 g
		1,7	1	1,(6),(7),(11)	1	1
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Gyümölcstea 7-10, Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Zöldpaprika	Rizsital, kókuszital, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]	Zöldtea 7-10, Gépsonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Uborka(kígyó)	Gyümölcstea 7-10, Vegán sajt(1), Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér[1], Paradicsom kg	Rizsital, kókuszital, Méz, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]
		Energia: 263.66 Kcal / 1,102.10 Kj	Energia: 285.14 Kcal / 1,191.89 Kj	Energia: 272.14 Kcal / 1,137.55 Kj	Energia: 356.41 Kcal / 1,489.79 Kj	Energia: 334.21 Kcal / 1,397.00 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		6.38 g7.72 g2.08 g	5.44 g9.26 g2.27 g	11.49 g9.83 g2.67 g	6.95 g15.03 g8.08 g	5.50 g9.26 g2.27 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		41.82 g8.99 g1.30 g	44.32 g7.99 g0.89 g	33.52 g8.99 g0.93 g	46.69 g8.99 g1.98 g	56.47 g20.14 g0.89 g
		1	1	1,(6),(7),(11)	1	1
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Gyümölcstea 11-14, Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Zöldpaprika	Laktózmentes tej 1,5%, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]	Zöldtea 11-14, Gépsonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Teljeskiőrlésű kenyér[1, (6,7,11)], Uborka(kígyó)	Gyümölcstea 11-14, Laktózmentes sajt, Liga margarin tejmentes, Burgonyás kenyér[1], Paradicsom kg	Laktózmentes tej 1,5%, Méz, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]
		Energia: 295.62 Kcal / 1,235.69 Kj	Energia: 277.65 Kcal / 1,160.58 Kj	Energia: 297.45 Kcal / 1,243.34 Kj	Energia: 395.08 Kcal / 1,651.43 Kj	Energia: 406.63 Kcal / 1,699.71 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		7.48 g7.85 g2.11 g	11.32 g10.35 g4.03 g	12.31 g9.95 g2.68 g	15.15 g15.46 g6.61 g	11.42 g17.35 g5.93 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		48.38 g9.99 g1.50 g	34.14 g0.00 g1.12 g	38.64 g9.99 g1.02 g	47.44 g9.99 g2.11 g	50.38 g16.20 g1.22 g
		1	1	1,(6),(7),(11)	1	1
Ebéd	(00007) Tejfehérje-, szójamentes 11-14 1x					



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00007) Tejfehérje-, szójamentes 11-14 1x	Májgaluska leves 7-10 TFM[1,9,(12)], Gránátos kocka 7-10 TFM[1,3], Csemege uborka[10]	Sertéssült 11-14 TFM, SZM, Paradicsomos káposzta 11-14 TF[1], Zsemle[1], Alma	Zöldborsóleves 11-14 TFM, SZM[1,9,(3)], Rántott cs.mell 11-14 TFM, SZM[1,3], Párolt rizs 11-14 TFM, SZM, Csemege uborka[10]	Zellerkrémleves 11-14 TFM, SZM[1,9], Hentes tokány 11-14 TFM, SZM [1,10], Párolt kuskusz 11-14 TFM, SZM[1], Szilva	Babgulyás 11-14 TFM, SZM, Sajtos pogácsa 11-14 TFM, SZM[1,3], Őszibarack
		Energia: 601.76 Kcal / 2,515.36 KJ	Energia: 701.01 Kcal / 2,930.22 KJ	Energia: 783.26 Kcal / 3,274.03 KJ	Energia: 774.61 Kcal / 3,237.87 KJ	Energia: 704.53 Kcal / 2,944.94 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv24.40 g13.17 g2.51 g	FehérjeZsírT.Zsírsv36.20 g20.23 g4.46 g	FehérjeZsírT.Zsírsv47.82 g14.60 g1.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv32.82 g26.22 g7.03 g	FehérjeZsírT.Zsírsv36.29 g34.82 g14.26 g
		SzénhidrátCukorSó95.18 g1.85 g5.51 g	SzénhidrátCukorSó91.57 g19.98 g3.96 g	SzénhidrátCukorSó113.97 g0.00 g6.42 g	SzénhidrátCukorSó97.50 g0.28 g4.58 g	SzénhidrátCukorSó93.46 g0.72 g2.73 g
		1,3,9,10,(12)	1	1,3,9,10	1,9,10	1,3
	(00011) Lisztérzékeny 11-14 1x	Májgaluska leves 11-14 LÉ[9], Gránátos kocka 11-14 LÉ, Csemege uborka [10]	Sertéssült 11-14 LÉ, Paradicsomos káposzta LÉ 11-14, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Alma	Zöldborsóleves LÉ 11-14 [9], Rántott csirkemell 11-14 LÉ[3], Párolt rizs 11-14 LÉ, Csemege uborka[10]	Zellerkrémleves 11-14 LÉ [7,9,11,(6)], Hentes tokány 11-14 LÉ[10,(1)], Párolt rizs 11-14 LÉ, Szilva	Babgulyás 11-14 LÉ, Sajtos pogácsa 11-14 LÉ [3,7,(1)], Őszibarack
		Energia: 587.25 Kcal / 2,454.71 KJ	Energia: 747.94 Kcal / 3,126.39 KJ	Energia: 810.15 Kcal / 3,386.43 KJ	Energia: 769.68 Kcal / 3,217.26 KJ	Energia: 828.30 Kcal / 3,462.29 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv19.54 g11.53 g1.77 g	FehérjeZsírT.Zsírsv35.20 g26.30 g5.49 g	FehérjeZsírT.Zsírsv44.73 g17.17 g2.24 g	FehérjeZsírT.Zsírsv28.65 g26.94 g6.70 g	FehérjeZsírT.Zsírsv35.72 g32.57 g9.84 g
		SzénhidrátCukorSó99.43 g4.00 g4.77 g	SzénhidrátCukorSó89.83 g22.43 g3.86 g	SzénhidrátCukorSó117.82 g0.90 g7.17 g	SzénhidrátCukorSó100.39 g0.17 g4.22 g	SzénhidrátCukorSó97.00 g0.00 g2.97 g
		9,10	11,(6)	3,9,10	7,9,10,11,(1),(6)	3,7,(1)
	(00013) Lisztérzékeny +laktózm. 11-14 1x	Májgaluska leves 11-14 LÉ+LM[9], Gránátos kocka 11-14 LÉ+LM, Csemege uborka[10]	Sertéssült 11-14 LÉ+LM, Paradicsomos káposzta LÉ 11-14, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Alma	Zöldborsóleves LÉ+LM 11-14[9], Rántott csirkemell 11-14 LÉ+LM [3], Párolt rizs 11-14 LÉ +LM, Csemege uborka [10]	Zellerkrémleves 11-14 LÉ +LM[9,11,(6)], Hentes tokány 11-14 LÉ+LM[10,(1)], Párolt rizs 11-14 LÉ +LM, Szilva	Babgulyás 11-14 LÉ+LM, Sajtos pogácsa 11-14 LÉ +LM[3], Őszibarack
		Energia: 616.62 Kcal / 2,577.47 KJ	Energia: 747.94 Kcal / 3,126.39 KJ	Energia: 784.97 Kcal / 3,281.17 KJ	Energia: 754.07 Kcal / 3,152.01 KJ	Energia: 731.30 Kcal / 3,056.83 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv21.54 g13.76 g2.13 g	FehérjeZsírT.Zsírsv35.20 g26.30 g5.49 g	FehérjeZsírT.Zsírsv44.73 g14.39 g1.92 g	FehérjeZsírT.Zsírsv28.73 g28.15 g8.04 g	FehérjeZsírT.Zsírsv35.53 g34.85 g13.79 g
		SzénhidrátCukorSó99.73 g4.00 g4.79 g	SzénhidrátCukorSó89.83 g22.43 g3.86 g	SzénhidrátCukorSó117.82 g0.90 g7.17 g	SzénhidrátCukorSó100.33 g0.17 g4.19 g	SzénhidrátCukorSó100.93 g0.00 g2.74 g
		9,10	11,(6)	3,9,10	9,10,11,(1),(6)	3

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Májgaluska leves 7-10 TFM[1,9,(12)], Gránátos kocka 7-10 TFM[1,3], Csemege uborka[10]	Sertéssült 7-10 TFM, SZM, Paradics. káposzta 7-10 TFM, S[1], Zsemle [1], Alma	Zöldborsóleves 7-10 TFM, SZM[1,9,(3)], Rántott cs.mell 7-10 TFM, SZM[1,3], Párolt rizs 7-10 TFM, SZM, Csemege uborka[10]	Zellerkrémleves 7-10 TFM, SZM[1,9], Hentes tokány 7-10 TFM, SZM [1,10], Párolt kuskusz 7-10 TFM, SZM[1], Szilva	Babgulyás 7-10 TFM,SZM, Sajtos pogácsa 7-10 TFM,SZM [1,3], Őszibarack
		Energia: 601.76 Kcal / 2,515.36 KJ	Energia: 656.65 Kcal / 2,744.80 KJ	Energia: 691.59 Kcal / 2,890.85 KJ	Energia: 687.70 Kcal / 2,874.59 KJ	Energia: 613.66 Kcal / 2,565.10 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		24.40 g13.17 g2.51 g	33.52 g18.41 g4.05 g	42.90 g12.84 g1.69 g	28.86 g24.36 g6.44 g	31.28 g28.70 g11.68 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		95.18 g1.85 g5.51 g	87.37 g17.98 g3.77 g	100.09 g0.00 g5.64 g	84.55 g0.25 g4.18 g	82.95 g0.65 g2.37 g
		1,3,9,10,(12)	1	1,3,9,10	1,9,10	1,3
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Májgaluska leves 7-10 TFM[1,9,(12)], Gránátos kocka 7-10 TFM[1,3], Csemege uborka[10]	Sertéssült 7-10 TFM, Paradicsomos káposzta 7-10 TFM[1], Rozskenyér [1,(6,7)], Alma	Zöldborsóleves 7-10 TFM [1,9,(3)], Rántott csirkemell 7-10 TFM[1,3], Párolt rizs 7-10 TFM, Csemege uborka[10]	Zellerkrémleves 7-10 TFM[1,9], Hentes tokány 7-10 TFM[1,10], Párolt kuskusz 7-10 TFM[1], Szilva	Babgulyás 7-10 TFM, Sajtos pogácsa 7-10 TFM [1,3], Őszibarack
		Energia: 604.51 Kcal / 2,526.85 KJ	Energia: 676.72 Kcal / 2,828.69 KJ	Energia: 691.59 Kcal / 2,890.85 KJ	Energia: 673.95 Kcal / 2,817.11 KJ	Energia: 659.44 Kcal / 2,756.46 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		24.52 g13.19 g2.51 g	33.68 g18.60 g3.98 g	42.90 g12.84 g1.69 g	29.01 g24.74 g7.05 g	33.02 g32.79 g13.66 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		95.70 g1.85 g5.99 g	91.03 g17.98 g3.87 g	100.09 g0.00 g6.79 g	85.05 g0.25 g4.95 g	90.08 g0.72 g2.28 g
		1,3,9,10,(12)	1,(6),(7)	1,3,9,10	1,9,10	1,3
	(00168) Mogyoróérzékeny 11-14 1x	Májráguleves 11-14 M[9], Gránátos kocka 11-14 M [1,3], Csemege uborka [10]	Sertéssült 11-14 M, Paradicsomos káposzta 11-14 M[1], Rozskenyér [1,(6,7)], Alma	Zöldborsóleves 11-14 M [1,9,(3)], Rántott sajt (kész) 11-14 M[1,7, (3,6,9,10)], Párolt rizs 11-14 M, Tartármártás 11-14 M[3,7,10,(1,12)]	Zellerkrémleves 11-14 M [1,3,6,7,9], Hentes tokány 11-14 M[1,10], Párolt kuskusz 11-14 M[1], Szilva	Babgulyás 11-14 M, Sajtos pogácsa 11-14 M [1,3,7], Őszibarack
		Energia: 646.31 Kcal / 2,701.58 KJ	Energia: 751.31 Kcal / 3,140.48 KJ	Energia: 969.90 Kcal / 4,054.18 KJ	Energia: 781.81 Kcal / 3,267.97 KJ	Energia: 815.68 Kcal / 3,409.54 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		30.32 g14.87 g2.48 g	37.72 g19.63 g4.30 g	32.62 g50.96 g16.16 g	33.03 g26.18 g6.45 g	40.34 g31.92 g9.63 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		96.37 g0.00 g5.00 g	102.93 g17.98 g4.14 g	92.73 g2.02 g4.78 g	99.16 g0.28 g5.28 g	90.58 g0.00 g2.77 g
		1,3,9,10	1,(6),(7)	1,3,7,9,10,(6),(12)	1,3,6,7,9,10	1,3,7

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Máraguleves 11-14 LM [9], Gránátos kocka 11-14 LM[1,3], Csemege uborka [10]			Sertéssült 11-14 LM, Paradicsomos káposzta 11-14 LM[1], Rozskenyér [1,(6,7)], Alma			Zöldborsóleves 11-14 LM [1,9,(3)], Rántott csirkemell 11-14 LM[1,3], Párolt rizs 11-14 LM, Csemege uborka[10]			Zellerkrémleves 11-14 LM[1,3,6,9,(7)], Hentes tokány 11-14 LM[1,10], Párolt kuskusz 11-14 LM [1], Szilva			Babgulyás 11-14 LM, Sajtos pogácsa 11-14 LM [1,3], Őszibarack		
		Energia: 653.19 Kcal / 2,730.33 KJ			Energia: 773.30 Kcal / 3,232.39 KJ			Energia: 784.96 Kcal / 3,281.13 KJ			Energia: 795.18 Kcal / 3,323.85 KJ			Energia: 706.41 Kcal / 2,952.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30.62 g	14.92 g	2.48 g	37.98 g	20.60 g	4.41 g	47.87 g	14.64 g	1.92 g	33.37 g	30.19 g	8.65 g	39.80 g	35.08 g	13.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		97.67 g	0.00 g	6.20 g	105.95 g	19.98 g	4.69 g	114.31 g	0.01 g	6.70 g	99.78 g	0.28 g	4.60 g	90.02 g	0.00 g	2.53 g
1,3,9,10			1,(6),(7)			1,3,9,10			1,3,6,9,10,(7)			1,3				
Uzsonna	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Tonhal konzerv 7-10 TFM[4,(6)], Korpás kenyér [1,(6)], Zöldpaprika			Keksz, (Barbara,Gullon), Nektarin			Keksz, (Barbara,Gullon), Körte			Tallér, natúr (Cornito), Őszibarack			Pék kifli[1,7], Alma		
		Energia: 244.55 Kcal / 1,022.22 KJ			Energia: 159.12 Kcal / 665.12 KJ			Energia: 155.69 Kcal / 650.78 KJ			Energia: 103.92 Kcal / 434.39 KJ			Energia: 232.49 Kcal / 971.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.72 g	7.05 g	1.75 g	1.41 g	0.69 g	0.08 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	2.07 g	2.64 g	0.95 g	6.80 g	1.06 g	0.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		31.55 g	0.00 g	1.14 g	17.67 g	0.00 g	0.00 g	18.00 g	0.00 g	0.01 g	17.41 g	0.10 g	0.24 g	48.12 g	2.24 g	1.06 g
	1,4,(6)												1,7			
	(00167) Tejfehérjementes 7-10 3x	Tonhal konzerv 7-10 TFM[4,(6)], Korpás kenyér [1,(6)], Zöldpaprika			Szója puding, Alpro[6], Nektarin			Keksz, (Barbara,Gullon), Körte			Tallér, natúr (Cornito), Őszibarack			Pék kifli[1,7], Alma		
		Energia: 244.55 Kcal / 1,022.22 KJ			Energia: 176.92 Kcal / 739.53 KJ			Energia: 155.69 Kcal / 650.78 KJ			Energia: 103.92 Kcal / 434.39 KJ			Energia: 232.49 Kcal / 971.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.72 g	7.05 g	1.75 g	4.89 g	2.31 g	0.29 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	2.07 g	2.64 g	0.95 g	6.80 g	1.06 g	0.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		31.55 g	0.00 g	1.14 g	33.81 g	0.53 g	1.23 g	18.00 g	0.00 g	0.01 g	17.41 g	0.10 g	0.24 g	48.12 g	2.24 g	1.06 g
	1,4,(6)			6									1,7			
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Tonhal konzerv 11-14 LM[4,(6)], Korpás kenyér [1,(6)], Zöldpaprika			Krémtúró laktózmentes, Nektarin			Nutribella kókuszos keksz db[1,(5,6,8,11)], Körte			Keksz, Agiberia[1,(3,5,7)], Őszibarack			Pék kifli[1,7], Alma		
		Energia: 390.68 Kcal / 1,633.04 KJ			Energia: 315.92 Kcal / 1,320.55 KJ			Energia: 269.49 Kcal / 1,126.47 KJ			Energia: 185.02 Kcal / 773.38 KJ			Energia: 232.49 Kcal / 971.81 KJ		
Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
13.83 g		7.16 g	1.76 g	14.51 g	11.37 g	5.80 g	3.08 g	10.17 g	4.84 g	3.51 g	6.72 g	2.40 g	6.80 g	1.06 g	0.17 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
64.91 g	0.00 g	1.27 g	36.99 g	19.32 g	0.04 g	39.80 g	8.04 g	0.05 g	26.34 g	3.97 g	0.07 g	48.12 g	2.24 g	1.06 g		



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		1,4,(6)		1,(5),(6),(8),(11)	1,(3),(5),(7)	1,7

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

