

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	<b>(00018)</b> Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Limonádé 7-10, Vegán szendvicskrém, Rozskenyér[1,(6)], Uborka (kígyó)			Zöldtea 7-10, Zala (allergénm), Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Jégcsapretek kg			Rizsital, kókuszital, Miniméz 20g-os, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]			Csipketea 7-10, Vegán sajt, Violife(1), Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1], Paradicsom kg			Gyümölcsstea 7-10, Tejbedara szórát 7-10 TFM, SZ[1]		
		Energia: 228.37 Kcal / 954.59 KJ			Energia: 336.36 Kcal / 1,405.98 KJ			Energia: 414.12 Kcal / 1,731.02 KJ			Energia: 440.31 Kcal / 1,840.50 KJ			Energia: 374.96 Kcal / 1,567.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.46 g	6.39 g	5.26 g	11.13 g	13.62 g	4.28 g	5.54 g	16.26 g	4.17 g	6.80 g	19.11 g	12.15 g	6.34 g	3.75 g	0.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	35.94 g	4.24 g	0.94 g	42.09 g	8.99 g	2.07 g	60.56 g	24.19 g	0.99 g	59.02 g	11.23 g	2.28 g	78.04 g	30.97 g	0.01 g	
	1,(6)			1			1			1			1			
	<b>(00169)</b> Laktózmentes 11-14 3x	Rizsital, kókuszital, Vegán szendvicskrém, Rozskenyér[1,(6)], Uborka (kígyó)			Zöldtea 11-14, Zala (allergénm), Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Jégcsapretek kg			Rizsital, kókuszital, Miniméz 20g-os, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]			Gyümölcslé 100% 0,2l-es, Vegán sajt, Violife(1), Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1], Paradicsom kg			Gyümölcsstea 11-14, Tejbedara szórattal 11-14 LM[1]		
		Energia: 331.86 Kcal / 1,387.17 KJ			Energia: 366.36 Kcal / 1,531.38 KJ			Energia: 414.12 Kcal / 1,731.02 KJ			Energia: 596.57 Kcal / 2,493.66 KJ			Energia: 393.83 Kcal / 1,646.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
6.99 g		8.39 g	5.51 g	12.11 g	13.72 g	4.31 g	5.54 g	16.26 g	4.17 g	7.45 g	26.21 g	14.07 g	13.69 g	5.12 g	3.01 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
55.21 g	10.81 g	1.04 g	48.35 g	9.99 g	2.27 g	60.56 g	24.19 g	0.99 g	79.80 g	2.24 g	2.40 g	72.33 g	27.97 g	0.29 g		
1,(6)			1			1			1			1				
Ebéd	<b>(00007)</b> Tejfehérje-, szójamentes 11-14 1x	Sertésraguleves 11-14 TFM, SZM[1,9,(3)], Grízes tészta 11-14 TFM,SZM[1,(3,12)], Alma			Sült krinolin 11-14 TFM, SZM(1,6,7,10), Szárazbabfőzelék 11-14 TFM,SZM[1], Félbarna kenyér[1], Körte			Sütőtök krémleves 11-14 TM, SZ[1], Zsemlekočka [1,(3,7)], Sült csirkecomb 11-14 TFM, SZM, Párolt rizs 11-14 TFM, SZM, Párolt zöldkörtet 11-14 TFM, SZ			Gyümölcslé 100% 0,2l-es, Karfiolleves 11-14 TFM, SZM[1], Párolt halszelet 11-14 TFM,SZM [4], Burgonya, petrezselymes 19-69, Csemege uborka[10]			Zellerkrémleves 11-14 TFM, SZM[1,9], Z.borsós cs.ragu 11-14 TFM, SZ[1], Párolt bulgur 11-14 TFM,SZM[1], Alma		
		Energia: 756.89 Kcal / 3,163.80 KJ			Energia: 844.06 Kcal / 3,528.17 KJ			Energia: 724.86 Kcal / 3,029.91 KJ			Energia: 720.24 Kcal / 3,010.60 KJ			Energia: 737.62 Kcal / 3,083.25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31.61 g	15.57 g	3.08 g	36.90 g	31.85 g	10.42 g	23.05 g	7.76 g	5.75 g	29.19 g	22.15 g	3.27 g	39.60 g	21.79 g	4.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
121.22 g	19.96 g	2.79 g	101.39 g	2.00 g	4.38 g	118.49 g	0.90 g	4.16 g	96.44 g	0.00 g	6.97 g	98.35 g	0.00 g	3.74 g		
1,9,(3),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(3),(7)			1,4,10			1,9				

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00011) Lisztérzékeny 11-14 1x</b>	Sertésraguleves 11-14 LÉ[9], Grízes tészta, ízzel 11-14 LÉ(12), Alma			Sült krinolin 11-14 LÉ (1,6,7,10), Szárazbabfőzelék 11-14 LÉ[7], Gluténmentes kenyér[11,(6)], Körte			Sütőtök krémleves 11-14 LÉ[7], Gluténmentes kenyér[11,(6)], Sült csirkecomb 11-14 LÉ, Párolt rizs 11-14 LÉ, Párolt b.répa,kukorica 11-14 L(7)			Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Karfiolleves 11-14 LÉ, Párolt halszelet 11-14 LÉ [4], Burgonya, petrezselymes 19-69, Csemege uborka[10]			Zellerkrémleves 11-14 LÉ [7,9,11,(6)], Zöldborsós csirkeragu 11-14 LÉ, Párolt rizs 11-14 LÉ, Alma		
		Energia: 710.33 Kcal / 2,969.18 KJ			Energia: 844.05 Kcal / 3,528.13 KJ			Energia: 723.53 Kcal / 3,024.36 KJ			Energia: 702.87 Kcal / 2,938.00 KJ			Energia: 737.44 Kcal / 3,082.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.28 g	15.34 g	2.83 g	33.00 g	35.35 g	10.18 g	23.24 g	17.24 g	3.39 g	29.81 g	18.59 g	2.88 g	35.39 g	20.51 g	3.55 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	119.89 g	24.26 g	2.12 g	96.70 g	4.10 g	3.55 g	117.00 g	2.45 g	4.04 g	99.50 g	0.00 g	7.70 g	100.69 g	0.17 g	3.75 g	
	9,(12)			7,11,(1),(6),(10)			7,11,(6)			4,10			7,9,11,(6)			
	<b>(00013) Lisztérzékeny +laktózm. 11-14 1x</b>	Sertésraguleves 11-14 LÉ+LM[9], Grízes tészta 11-14 LÉ+LM(12), Alma			Sült krinolin 11-14 LÉ +LM(1,6,7,10), Szárazbabfőzelék 11-14 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Körte			Sütőtök krémleves LÉ +LM 11-14, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Sült csirkecomb 11-14 LÉ,LM, Párolt rizs 11-14 LÉ+LM, Párolt b.répa,kuk. 11-14 LÉ+LM			Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Karfiolleves 11-14 LÉ +LM, Párolt halszelet 11-14 LÉ,LM[4], Burgonya, petrezselymes 19-69, Csemege uborka[10]			Zellerkrémleves 11-14 LÉ +LM[9,11,(6)], Zöldborsós csirkeragu 11- LÉ+L, Párolt rizs 11-14 LÉ+LM, Alma		
		Energia: 735.00 Kcal / 3,072.30 KJ			Energia: 841.46 Kcal / 3,517.30 KJ			Energia: 697.26 Kcal / 2,914.55 KJ			Energia: 702.87 Kcal / 2,938.00 KJ			Energia: 721.83 Kcal / 3,017.25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.51 g	16.18 g	3.12 g	32.89 g	37.90 g	11.35 g	23.26 g	17.30 g	3.98 g	29.81 g	18.59 g	2.88 g	35.47 g	21.72 g	4.89 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
121.87 g	24.36 g	2.36 g	90.49 g	4.10 g	3.58 g	116.99 g	2.45 g	4.00 g	99.50 g	0.00 g	7.70 g	100.63 g	0.17 g	3.72 g		
9,(12)			11,(1),(6),(7),(10)			11,(6)			4,10			9,11,(6)				
<b>(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x</b>	Sertésraguleves 7-10 TFM, SZM[1,9,(3)], Grízes tészta 7-10 TFM, SZM[1,(3,12)], Alma			Sült krinolin 7-10 TFM, SZM(1,6,7,10), Szárazbabfőzelék 7-10 TFM, SZM[1], Félbarna kenyér[1], Körte			Sütőtök krémleves 7-10 TFM, SZ[1], Sült csirkecomb 7-10 TFM, SZM, Párolt rizs 7-10 TFM, SZM, Párolt zöldböret. 7-10 TFM, SZ			Karfiolleves 7-10 TFM, SZM[1], Párolt halszelet 7-10 TFM,SZM[4], Burgonya, petrezselymes 7-10 T, Csemege uborka [10]			Zellerkrémleves 7-10 TFM, SZM[1,9], Z.borsós cs.ragu 7-10 TFM, SZM [1], Párolt bulgur 7-10 TFM,SZM[1]			
	Energia: 681.10 Kcal / 2,847.00 KJ			Energia: 744.37 Kcal / 3,111.47 KJ			Energia: 450.54 Kcal / 1,883.26 KJ			Energia: 471.88 Kcal / 1,972.46 KJ			Energia: 610.58 Kcal / 2,552.22 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	27.59 g	14.36 g	2.72 g	31.87 g	29.00 g	9.20 g	16.49 g	6.76 g	1.27 g	23.13 g	14.65 g	2.22 g	34.71 g	19.09 g	3.67 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
109.10 g	17.83 g	2.48 g	88.04 g	2.00 g	3.85 g	80.21 g	0.00 g	2.71 g	59.52 g	0.00 g	5.99 g	77.76 g	0.00 g	3.36 g		
1,9,(3),(12)			1,(6),(7),(10)			1			1,4,10			1,9				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	<b>(00151) Tejfehérjementes 7-10 1x</b>	Sertésraguleves 7-10 TFM[1,9,(3)], Grízes tészta, ízzel 7-10 TFM[1,(3,12)], Alma			Sült krinolin 7-10 TFM, SZM(1,6,7,10), Szárazbabfőzelék 7-10 TFM[1], Félbarna kenyér [1], Körte			Sütőtök krémleves 7-10 TFM [1], Zsemlekočka[1,(3,7)], Sült csirkecomb TFM 7-10, Párolt rizs TFM 7-10, Párolt b.répa,kuk. 7-10 TFM			Gyümölcslé 100% 0,2l-es, Karfiollevés 7-10 TFM [1], Párolt halszelet 7-10 TFM[4], Burgonya, petrezselymes 7-10 T, Csemege uborka[10]			Zellerkrémleves 7-10 TFM[1,9], Zöldborsós csirkeragu 7-10 TFM[1], Párolt bulgur 7-10 TFM[1], Alma		
		Energia: 651.25 Kcal / 2,722.23 KJ			Energia: 735.69 Kcal / 3,075.18 KJ			Energia: 642.12 Kcal / 2,684.06 KJ			Energia: 607.59 Kcal / 2,539.73 KJ			Energia: 616.30 Kcal / 2,576.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27.14 g	14.35 g	2.73 g	31.70 g	28.20 g	8.72 g	20.55 g	10.05 g	6.68 g	24.53 g	14.86 g	2.24 g	34.90 g	15.36 g	1.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	102.21 g	14.27 g	2.48 g	87.85 g	2.00 g	4.53 g	104.29 g	0.81 g	5.10 g	89.88 g	0.00 g	6.03 g	86.89 g	0.40 g	3.35 g	
	1,9,(3),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(3),(7)			1,4,10			1,9			
	<b>(00169) Laktózmentes 11-14 3x</b>	Sertésraguleves 11-14 LM[1,9,(3)], Grízes tészta, ízzel 11-14 LM[1,(3,12)], Alma			Sült krinolin 11-14 LM (1,6,7,10), Szárazbabfőzelék 11-14 LM[1], Félbarna kenyér[1], Körte			Sütőtök krémleves 11-14 LM[1], Zsemlekočka[1,(3,7)], Sült csirkecomb 11-14 LM, Párolt rizs 11-14 LM, Párolt b.répa,kukorica 11-14 L			Karfiollevés 11-14 LM[1], Párolt halszelet 11-14 LM [4], Burgonya, petrezselymes 11-14 , Csemege uborka[10]			Zellerkrémleves 11-14 LM[1,3,6,9,(7)], Zöldborsós csirkeragu 11-14 LM[1], Párolt bulgur 11-14 LM[1]		
		Energia: 758.59 Kcal / 3,170.91 KJ			Energia: 854.28 Kcal / 3,570.89 KJ			Energia: 698.83 Kcal / 2,921.11 KJ			Energia: 533.34 Kcal / 2,229.36 KJ			Energia: 707.72 Kcal / 2,958.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
31.66 g		15.60 g	3.09 g	36.84 g	33.05 g	10.56 g	22.54 g	10.42 g	6.70 g	28.57 g	16.58 g	2.64 g	39.60 g	25.19 g	5.74 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
121.55 g	19.97 g	2.79 g	101.30 g	2.00 g	4.38 g	115.66 g	0.80 g	4.31 g	64.75 g	0.01 g	6.57 g	90.47 g	0.01 g	3.74 g		
1,9,(3),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(3),(7)			1,4,10			1,3,6,9,(7)				
Uzsonna	<b>(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x</b>	Kakaós csiga (glm,tfm,szm)[3]			Gyümölcspüré, Pék kifli [1]			Pulykamellsonka(1,6,7), Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér[1,(6)], Zöldpaprika			Gyümölcsszelet, vitamaxima(5,8), Nektarin			Keksz, (Barbara,Gullon), Alma		
		Energia: 227.00 Kcal / 948.86 KJ			Energia: 233.84 Kcal / 977.45 KJ			Energia: 364.83 Kcal / 1,524.99 KJ			Energia: 223.27 Kcal / 933.27 KJ			Energia: 117.95 Kcal / 493.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.00 g	10.40 g	4.40 g	6.73 g	0.86 g	0.17 g	14.97 g	16.08 g	4.33 g	2.53 g	7.69 g	0.70 g	0.48 g	0.48 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.00 g	24.90 g	0.10 g	49.14 g	2.24 g	1.05 g	38.79 g	0.00 g	2.08 g	33.77 g	13.65 g	0.01 g	8.40 g	0.00 g	-0.01 g		
3			1			1,(6),(7)			(5),(8)							



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00169) Laktózmentes 11 -14 3x</b>	Kakaós csiga (glm,tfm,szm)[3]			Gyümölcspüré, Pék kifli [1]			Pulykamellsonka(1,6,7), Liga margarin tejmentes, Korpás kenyér[1,(6)], Zöldpaprika			Gyümölcsszelet, vitamaxima(5,8), Nektarin			Keksz, (Barbara,Gullon), Alma		
		Energia: 227.00 Kcal / 948.86 KJ			Energia: 233.84 Kcal / 977.45 KJ			Energia: 342.73 Kcal / 1,432.61 KJ			Energia: 223.27 Kcal / 933.27 KJ			Energia: 204.58 Kcal / 855.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.00 g	10.40 g	4.40 g	6.73 g	0.86 g	0.17 g	11.57 g	15.52 g	4.14 g	2.53 g	7.69 g	0.71 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
44.00 g	24.90 g	0.10 g	49.14 g	2.24 g	1.05 g	37.95 g	0.00 g	1.66 g	33.77 g	13.65 g	0.01 g	10.50 g	0.00 g	-0.02 g		
<b>3</b>			<b>1</b>			<b>1,(6),(7)</b>			<b>(5),(8)</b>							

.....  
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

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

