

Heti étlap 2026.07.06. - 2026.07.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50021) G: TEJMENTES- PÉPES	Reggeli	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslé[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Párizsi darált, margarin, 100%-os gyümölcslé[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcslé[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslé[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Pástétom, margarin, gyümölcslé[1, 15, (3,6,7)], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslé[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcslé[15], Félbarna kenyér [1, (6)]
		Energia: 444.05 Kcal / 1,856.13 KJ	Energia: 363.84 Kcal / 1,520.85 KJ	Energia: 309.48 Kcal / 1,293.63 KJ	Energia: 323.55 Kcal / 1,352.44 KJ	Energia: 364.22 Kcal / 1,522.44 KJ	Energia: 444.05 Kcal / 1,856.13 KJ	Energia: 429.98 Kcal / 1,797.32 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		20.08 g 10.28 g 2.75 g	11.08 g 16.90 g 5.49 g	5.21 g 7.80 g 2.05 g	15.33 g 9.48 g 2.60 g	10.49 g 16.20 g 4.90 g	20.08 g 10.28 g 2.75 g	9.96 g 8.60 g 2.20 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	65.04 g 15.62 g 2.88 g	39.62 g 15.62 g 1.99 g	52.08 g 15.62 g 0.85 g	42.04 g 15.62 g 2.13 g	41.88 g 15.62 g 1.59 g	65.04 g 15.62 g 2.88 g	75.08 g 15.62 g 1.60 g	
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Sült csirkemell darált, Burgonyapüré TM [12]	Csontleves[1,9, (3,7)], Sült virsli darált (2 adag), Sárgarépafozelékp üre TM[1]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldsévgaldalt [1,3,6,7,12], Burgonyapüré TM [12]	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]	Húsleves[1,3,9, (7)], Vagdalt szelet [1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Darált sertéssült, Parajfozelék TM[1], Tört burgonya 1/2 adag [12]	Sárgarépafozelék s TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell darált, Burgonyapüré TM [12]
		Energia: 528.77 Kcal / 2,210.26 KJ	Energia: 511.89 Kcal / 2,139.70 KJ	Energia: 668.76 Kcal / 2,795.42 KJ	Energia: 568.55 Kcal / 2,376.54 KJ	Energia: 396.82 Kcal / 1,658.71 KJ	Energia: 617.54 Kcal / 2,581.32 KJ	Energia: 500.00 Kcal / 2,090.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		30.75 g 13.43 g 2.58 g	16.80 g 34.45 g 9.35 g	16.24 g 24.37 g 4.81 g	26.82 g 20.91 g 5.05 g	21.15 g 20.25 g 3.23 g	32.13 g 21.02 g 3.93 g	28.59 g 12.43 g 2.72 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	69.30 g 2.00 g 0.38 g	24.89 g 0.00 g 2.41 g	90.28 g 3.15 g 1.41 g	66.30 g 2.00 g 0.70 g	51.09 g 0.00 g 8.55 g	72.28 g 1.36 g 2.65 g	66.69 g 2.00 g 3.29 g	
Uzsonna	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	
	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g		
Vacsora	Darált pulykasonka, margarin, pástétom [1,(3,6,7)], Félbarna kenyér [1, (6,13)]	Darált cs.sonka, margarin, miniméz, Félbarna kenyér [1, (6)]	Darált pulykasonka, margarin(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]	Darált párizsi, reszelt tojás, margarin[3], Félbarna kenyér [1, (6)]	Darált p.sonka(2 adag)+marg(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]	Tojás, natúr joghurt[3], Félbarna kenyér [1,(6)]	Darált p.sonka(2 adag)+marg(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]	
	Energia: 2,812.90 Kcal / 11,757.92 KJ	Energia: 437.54 Kcal / 1,828.92 KJ	Energia: 416.32 Kcal / 1,740.22 KJ	Energia: 478.47 Kcal / 2,000.00 KJ	Energia: 416.32 Kcal / 1,740.22 KJ	Energia: 357.97 Kcal / 1,496.31 KJ	Energia: 295.82 Kcal / 1,236.53 KJ	



Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
121.98 g	33.74 g	7.21 g	19.80 g	10.28 g	2.75 g	26.52 g	11.40 g	3.11 g	20.87 g	22.50 g	6.88 g	26.52 g	11.40 g	3.11 g	16.12 g	21.70 g	6.73 g	21.77 g	10.60 g	2.96 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
501.00 g	34.76 g	20.60 g	64.76 g	16.20 g	2.88 g	50.24 g	0.00 g	1.60 g	46.38 g	0.00 g	2.84 g	50.24 g	0.00 g	1.60 g	23.38 g	0.00 g	2.09 g	27.24 g	0.00 g	0.85 g

**(50022) G:
FOLYADÉK**

Reggeli

Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l		
Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
11.50 g	5.00 g	0.11 g	11.50 g	5.00 g	0.11 g	11.50 g	5.00 g	0.11 g	11.50 g	5.00 g	0.11 g	11.50 g	5.00 g	0.11 g	11.50 g	5.00 g	0.11 g	11.50 g	5.00 g	0.11 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35.00 g	0.00 g	1.30 g	35.00 g	0.00 g	1.30 g	35.00 g	0.00 g	1.30 g	35.00 g	0.00 g	1.30 g	35.00 g	0.00 g	1.30 g	35.00 g	0.00 g	1.30 g	35.00 g	0.00 g	1.30 g

Ebéd

Szűrt leves			Szűrt leves			Szűrt leves			Szűrt leves			Szűrt leves			Szűrt leves			Szűrt leves		
Energia: 67.60 Kcal / 282.57 Kj			Energia: 67.60 Kcal / 282.57 Kj			Energia: 67.60 Kcal / 282.57 Kj			Energia: 67.60 Kcal / 282.57 Kj			Energia: 67.60 Kcal / 282.57 Kj			Energia: 67.60 Kcal / 282.57 Kj			Energia: 67.60 Kcal / 282.57 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
3.40 g	0.40 g	0.00 g	3.40 g	0.40 g	0.00 g	3.40 g	0.40 g	0.00 g	3.40 g	0.40 g	0.00 g	3.40 g	0.40 g	0.00 g	3.40 g	0.40 g	0.00 g	3.40 g	0.40 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
12.10 g	0.00 g	0.40 g	12.10 g	0.00 g	0.40 g	12.10 g	0.00 g	0.40 g	12.10 g	0.00 g	0.40 g	12.10 g	0.00 g	0.40 g	12.10 g	0.00 g	0.40 g	12.10 g	0.00 g	0.40 g

Uzsonna

ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]		
Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g

Vacsora

ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l		
Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
12.80 g	12.30 g	0.70 g	12.80 g	12.30 g	0.70 g	12.80 g	12.30 g	0.70 g	12.80 g	12.30 g	0.70 g	12.80 g	12.30 g	0.70 g	12.80 g	12.30 g	0.70 g	12.80 g	12.30 g	0.70 g



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50023) G: MŰTÉTI PÉPES	Reggeli	Tej 3dl[7], Kefír, Félbarna kenyér [1, (6)]			Tej 3dl[7], Kefír, Félbarna kenyér [1, (6)]			Tej 3dl[7], Natúr joghurt[7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tej 3dl[7], Natúr joghurt[7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tej 3dl[7], Kefír, Félbarna kenyér [1, (6)]			Tej 3dl[7], Kefír, Félbarna kenyér [1, (6)]			Tej 3dl[7], Natúr joghurt[7], Félbarna kenyér [1,(6)]		
		Energia: 461.40 Kcal / 1,928.65 KJ			Energia: 461.40 Kcal / 1,928.65 KJ			Energia: 461.81 Kcal / 1,930.37 KJ			Energia: 461.81 Kcal / 1,930.37 KJ			Energia: 461.40 Kcal / 1,928.65 KJ			Energia: 461.40 Kcal / 1,928.65 KJ			Energia: 461.81 Kcal / 1,930.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.60 g	10.58 g	6.24 g	23.60 g	10.58 g	6.24 g	23.88 g	10.30 g	6.10 g	23.88 g	10.30 g	6.10 g	23.60 g	10.58 g	6.24 g	23.60 g	10.58 g	6.24 g	23.88 g	10.30 g	6.10 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	66.54 g	0.00 g	1.50 g	66.54 g	0.00 g	1.50 g	66.82 g	0.00 g	1.50 g	66.82 g	0.00 g	1.50 g	66.54 g	0.00 g	1.50 g	66.54 g	0.00 g	1.50 g	66.82 g	0.00 g	1.50 g	
	Ebéd	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré			Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré			Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré			Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré			Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré			Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré			Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré		
		Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ			Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ			Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ			Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ			Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ			Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ			Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.75 g	18.88 g	8.76 g	18.75 g	18.88 g	8.76 g	18.75 g	18.88 g	8.76 g	18.75 g	18.88 g	8.76 g	18.75 g	18.88 g	8.76 g	18.75 g	18.88 g	8.76 g	18.75 g	18.88 g	8.76 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	81.34 g	27.25 g	0.34 g	81.34 g	27.25 g	0.34 g	81.34 g	27.25 g	0.34 g	81.34 g	27.25 g	0.34 g	81.34 g	27.25 g	0.34 g	81.34 g	27.25 g	0.34 g	81.34 g	27.25 g	0.34 g	
Uzsonna	ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			
	Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g		
Vacsora	Köleskása diab [7,15,(1)]			Köleskása diab [7,15,(1)]			Köleskása diab [7,15,(1)]			Köleskása diab [7,15,(1)]			Köleskása diab [7,15,(1)]			Köleskása diab [7,15,(1)]			Köleskása diab [7,15,(1)]			
	Energia: 131.68 Kcal / 550.42 KJ			Energia: 131.68 Kcal / 550.42 KJ			Energia: 131.68 Kcal / 550.42 KJ			Energia: 131.68 Kcal / 550.42 KJ			Energia: 131.68 Kcal / 550.42 KJ			Energia: 131.68 Kcal / 550.42 KJ			Energia: 131.68 Kcal / 550.42 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	7.83 g	3.49 g	2.22 g	7.83 g	3.49 g	2.22 g	7.83 g	3.49 g	2.22 g	7.83 g	3.49 g	2.22 g	7.83 g	3.49 g	2.22 g	7.83 g	3.49 g	2.22 g	7.83 g	3.49 g	2.22 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
17.19 g	1.99 g	0.03 g	17.19 g	1.99 g	0.03 g	17.19 g	1.99 g	0.03 g	17.19 g	1.99 g	0.03 g	17.19 g	1.99 g	0.03 g	17.19 g	1.99 g	0.03 g	17.19 g	1.99 g	0.03 g		



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50024) G: KV- PÉPES	Reggeli	Tej[7], Tea[15], Körözött[7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal	Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]	Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]	Tea[15], Tej[7], Kenőmájás szendvics[1,(6,7,10,13)]	Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]	Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, kefir[7], Tk. zsemle[1,(13)]	Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]
		Energia: 270.55 Kcal / 1,130.90 KJ	Energia: 592.80 Kcal / 2,477.90 KJ	Energia: 605.26 Kcal / 2,529.99 KJ	Energia: 519.88 Kcal / 2,173.10 KJ	Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 KJ	Energia: 364.44 Kcal / 1,523.36 KJ	Energia: 592.93 Kcal / 2,478.45 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15.16 g 15.00 g 5.35 g	23.06 g 27.29 g 6.94 g	25.26 g 27.69 g 7.04 g	24.87 g 18.07 g 8.04 g	28.19 g 29.43 g 10.65 g	15.02 g 19.58 g 9.65 g	27.14 g 21.67 g 7.31 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	14.78 g 13.92 g 0.97 g	62.02 g 14.74 g 2.43 g	62.02 g 14.74 g 2.69 g	62.06 g 14.74 g 2.63 g	62.56 g 15.38 g 2.26 g	30.12 g 14.00 g 0.51 g	70.10 g 14.56 g 2.67 g	
	Ebéd	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré [7,12], Almapüré	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré	Szűrt leves, RESZELT SAJT[7], Burgonyapüré TM [12], Almapüré
		Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ	Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ	Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ	Energia: 691.94 Kcal / 2,892.31 KJ	Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ	Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ	Energia: 580.65 Kcal / 2,427.12 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18.75 g 18.88 g 8.76 g	18.75 g 18.88 g 8.76 g	18.75 g 18.88 g 8.76 g	22.10 g 27.56 g 11.79 g	18.75 g 18.88 g 8.76 g	18.75 g 18.88 g 8.76 g	18.75 g 18.88 g 8.76 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	81.34 g 27.25 g 0.34 g	81.34 g 27.25 g 0.34 g	81.34 g 27.25 g 0.34 g	86.33 g 27.25 g 0.44 g	81.34 g 27.25 g 0.34 g	81.34 g 27.25 g 0.34 g	81.34 g 27.25 g 0.34 g	
Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1,(5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1,(3,5,6,7)]	Túrós batyu csom.	Alma	Alma	Piskóta szelet[1,3,(6,7,8)]	
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ	Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ	Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	0.60 g 0.60 g 0.00 g	1.80 g 1.40 g 0.38 g	3.23 g 10.64 g 2.77 g	9.90 g 8.30 g 0.00 g	0.60 g 0.60 g 0.00 g	0.60 g 0.60 g 0.00 g	1.30 g 3.90 g 1.90 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
10.50 g 8.93 g 0.02 g	12.60 g 2.70 g 0.02 g	28.90 g 13.60 g 0.13 g	37.30 g 0.00 g 0.00 g	10.50 g 8.93 g 0.02 g	10.50 g 8.93 g 0.02 g	14.60 g 8.60 g 0.00 g		
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7,(3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]	Cs.sonka, margarin[6], Puding [7], Kifli[1]	Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Tavaszi felvágott, margarin, 0%-os gyümölcsjoghurt[7,(1,6)], Kifli[1]	Párizsi, tojás, marg[3,6], Félbarna kenyér [1,(6)]	Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]	
	Energia: 2,885.84 Kcal / 12,062.81 KJ	Energia: 477.07 Kcal / 1,994.15 KJ	Energia: 2,173.33 Kcal / 9,084.52 KJ	Energia: 458.39 Kcal / 1,916.07 KJ	Energia: 2,208.31 Kcal / 9,230.74 KJ	Energia: 346.86 Kcal / 1,449.87 KJ	Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	127.91 g 39.45 g 13.78 g	16.94 g 13.71 g 4.40 g	114.04 g 157.25 g 58.85 g	18.80 g 20.37 g 6.82 g	115.44 g 155.36 g 57.07 g	15.67 g 20.10 g 5.74 g	17.40 g 9.20 g 5.11 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
500.68 g 35.56 g 21.73 g	70.62 g 13.00 g 1.27 g	71.22 g 8.10 g 20.13 g	48.24 g 0.10 g 2.96 g	81.92 g 15.78 g 18.73 g	24.43 g 0.00 g 1.80 g	27.95 g 0.00 g 0.75 g		



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50025) G: TRANSZPLA NTÁLT A	Reggeli	Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Körözött[7, (1)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Párizsi, margarin [6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Vadász(V) + margarin(1,6,7), Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin[6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Diab minijam, margarin[15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Cs.sonka, margarin [6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, paprika (6), Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM		
		Energia: 376.05 Kcal / 1,571.89 KJ			Energia: 381.34 Kcal / 1,594.00 KJ			Energia: 404.91 Kcal / 1,692.52 KJ			Energia: 330.34 Kcal / 1,380.82 KJ			Energia: 314.29 Kcal / 1,313.73 KJ			Energia: 330.34 Kcal / 1,380.82 KJ			Energia: 420.13 Kcal / 1,756.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.50 g	17.00 g	3.83 g	17.02 g	19.50 g	4.46 g	19.67 g	21.50 g	5.55 g	18.52 g	14.25 g	2.91 g	11.90 g	12.04 g	2.01 g	18.52 g	14.25 g	2.91 g	20.04 g	22.13 g	5.65 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	35.50 g 0.00 g 2.00 g			36.19 g 0.00 g 2.25 g			35.14 g 0.00 g 2.80 g			36.04 g 0.00 g 2.50 g			41.33 g 0.00 g 1.43 g			36.04 g 0.00 g 2.50 g			37.14 g 0.00 g 2.58 g			
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelékpü re [1,7,15], Omlett [3,7]			DOBOZ (leves +főétel), Csontleves[1,9, (3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]			DOBOZ (leves +főétel), Reszeltészta leves [1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			DOBOZ (leves +főétel), Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			DOBOZ (leves +főétel), Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]			DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			DOBOZ (leves +főétel), Sárgarépapürevele s TM[1,9,(3,7)], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüre [7,12]		
		Energia: 570.73 Kcal / 2,385.65 KJ			Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ			Energia: 572.78 Kcal / 2,394.22 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 591.30 Kcal / 2,471.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		32.99 g	21.97 g	4.82 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	23.88 g	27.14 g	4.23 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	13.43 g	26.56 g	6.27 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	58.40 g 0.00 g 3.19 g			86.10 g 0.83 g 4.50 g			73.20 g 2.08 g 1.29 g			102.55 g 0.00 g 17.49 g			72.92 g 1.79 g 9.44 g			89.50 g 0.00 g 4.99 g			72.95 g 2.08 g 3.40 g			
Uzsonna	Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g				
Vacsora	Pástétom, p.sonka, margarin [1,(3,6,7)]			Cs.sonka, margarin, kefir[6]			Tavaszi felvágott, margarin, natúr joghurt[7,(1,6)]			Lapkasajt + kefir[7, (1)]			Tavaszi felvágott, margarin, kefir (1,6,7)			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7)			
	Energia: 227.04 Kcal / 949.03 KJ			Energia: 194.69 Kcal / 813.80 KJ			Energia: 1,985.43 Kcal / 8,299.10 KJ			Energia: 103.71 Kcal / 433.51 KJ			Energia: 1,985.02 Kcal / 8,297.38 KJ			Energia: 246.10 Kcal / 1,028.70 KJ			Energia: 146.70 Kcal / 613.21 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	13.88 g	16.80 g	5.21 g	11.22 g	13.73 g	5.74 g	107.90 g	157.40 g	59.77 g	4.96 g	6.12 g	3.92 g	107.62 g	157.68 g	59.91 g	10.00 g	18.70 g	7.15 g	12.65 g	8.40 g	4.96 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
4.50 g 0.00 g 0.84 g			7.48 g 0.00 g 1.20 g			6.54 g 0.10 g 0.18 g			6.54 g 0.10 g 0.18 g			6.54 g 0.10 g 0.18 g			6.54 g 0.10 g 0.18 g			4.95 g 0.00 g 0.00 g				



(50026) G:
TRANSZPLA
NTÁLT D

			30.46 g	8.10 g	18.63 g				30.18 g	8.10 g	18.63 g	7.91 g	0.00 g	0.95 g							
Reggeli	Tej 2dl[7], Körözött [7,(1)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM		Tej 2dl[7], Párizsi, margarin[6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Vadász (V) + margarin (1,6,7), Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin[6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Diab minijam, margarin [15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Cs.sonka, margarin [6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, paprika (6), Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			
	Energia: 376.05 Kcal / 1,571.89 Kj			Energia: 381.34 Kcal / 1,594.00 Kj			Energia: 404.91 Kcal / 1,692.52 Kj			Energia: 330.34 Kcal / 1,380.82 Kj			Energia: 314.29 Kcal / 1,313.73 Kj			Energia: 330.34 Kcal / 1,380.82 Kj			Energia: 420.13 Kcal / 1,756.14 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	19.50 g	17.00 g	3.83 g	17.02 g	19.50 g	4.46 g	19.67 g	21.50 g	5.55 g	18.52 g	14.25 g	2.91 g	11.90 g	12.04 g	2.01 g	18.52 g	14.25 g	2.91 g	20.04 g	22.13 g	5.65 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
35.50 g 0.00 g 1.30 g			36.19 g 0.00 g 1.55 g			35.14 g 0.00 g 2.10 g			36.04 g 0.00 g 2.50 g			41.33 g 0.00 g 0.73 g			36.04 g 0.00 g 1.80 g			37.14 g 0.00 g 2.58 g			
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelék [1,7,15], Omlett [3,7]		Csontleves[1,9, (3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Karfiolos csirkeragu[1,7], Petrezselymes burgonya [12]			Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Fasírtgolyó, Kerti főzelék [1,7]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépapürelve s TM[1,9,(3,7)], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]			
	Energia: 588.50 Kcal / 2,459.93 Kj			Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 Kj			Energia: 699.61 Kcal / 2,924.37 Kj			Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 Kj			Energia: 632.88 Kcal / 2,645.44 Kj			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 Kj			Energia: 616.30 Kcal / 2,576.13 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	34.39 g	22.05 g	4.82 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	29.90 g	23.85 g	2.40 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	18.53 g	36.71 g	3.75 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	14.47 g	26.64 g	6.27 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
61.20 g 0.00 g 3.19 g			86.10 g 0.83 g 4.50 g			89.02 g 2.08 g 1.25 g			102.55 g 0.00 g 17.49 g			50.58 g 0.96 g 7.71 g			89.50 g 0.00 g 4.99 g			77.67 g 2.08 g 3.60 g			
Uzsonna	Almapüré		Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			
Vacsora	Pástétom, p.sonka, margarin [1,(3,6,7)]		Cs.sonka, margarin, kefir[6]			Tavaszi felvágott, margarin, natúr joghurt[7,(1,6)]			Lapkasajt (1csom.), margarin [7,(1)]			Tavaszi felvágott, margarin, kefir (1,6,7)			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7)			
	Energia: 227.04 Kcal / 949.03 Kj			Energia: 194.69 Kcal / 813.80 Kj			Energia: 1,985.43 Kcal / 8,299.10 Kj			Energia: 83.10 Kcal / 347.36 Kj			Energia: 1,985.02 Kcal / 8,297.38 Kj			Energia: 246.10 Kcal / 1,028.70 Kj			Energia: 146.70 Kcal / 613.21 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	13.88 g	16.80 g	5.21 g	11.22 g	13.73 g	5.74 g	107.90 g	157.40 g	59.77 g	0.78 g	8.64 g	2.88 g	107.62 g	157.68 g	59.91 g	10.00 g	18.70 g	7.15 g	12.65 g	8.40 g	4.96 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
4.50 g 0.00 g 0.84 g			7.48 g 0.00 g 1.20 g			0.14 g 0.10 g 0.28 g			0.14 g 0.10 g 0.28 g			0.14 g 0.10 g 0.28 g			7.91 g 0.00 g 0.95 g			4.95 g 0.00 g 0.00 g			



**(50027) G:
TRANSZPLA
NT
TEJMENTES**

Reggeli

			30.46 g	8.10 g	18.63 g				30.18 g	8.10 g	18.63 g									
Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Diab minijam, margarin[15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi, margarin,szívószál as gyümölcsle[6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Vadász, margarin, gyümölcsle[15, (1,6,7)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Diab minijam, margarin[15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, paprika, gyümölcsle[15,(6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM		
Energia: 146.69 Kcal / 613.16 KJ			Energia: 512.22 Kcal / 2,141.08 KJ			Energia: 237.31 Kcal / 991.96 KJ			Energia: 162.74 Kcal / 680.25 KJ			Energia: 146.69 Kcal / 613.16 KJ			Energia: 162.74 Kcal / 680.25 KJ			Energia: 252.53 Kcal / 1,055.58 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
0.40 g	7.04 g	1.90 g	22.10 g	37.00 g	11.70 g	8.17 g	16.50 g	5.44 g	7.02 g	9.25 g	2.80 g	0.40 g	7.04 g	1.90 g	7.02 g	9.25 g	2.80 g	8.54 g	17.13 g	5.54 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.13 g	12.30 g	0.83 g	20.84 g	16.20 g	4.20 g	12.94 g	12.30 g	2.20 g	13.84 g	12.30 g	1.90 g	19.13 g	12.30 g	0.83 g	13.84 g	12.30 g	1.90 g	14.94 g	12.30 g	1.98 g

Ebéd

DOBOZ (leves +főétel), Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]			DOBOZ (leves +főétel), Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépafozelék TM[1]			DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Petrezselymes rizs			DOBOZ (leves +főétel), Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]			DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			DOBOZ (leves +főétel), Sárgarépaüreleves s TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüre TM [12]		
Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ			Energia: 433.22 Kcal / 1,810.86 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 642.63 Kcal / 2,686.19 KJ			Energia: 541.58 Kcal / 2,263.80 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 534.79 Kcal / 2,235.42 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
33.54 g	20.49 g	3.69 g	22.02 g	24.76 g	4.45 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	27.19 g	22.98 g	4.19 g	22.94 g	26.51 g	3.94 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	33.99 g	12.90 g	2.79 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89.75 g	0.00 g	3.33 g	29.74 g	0.00 g	2.59 g	73.20 g	2.08 g	1.29 g	79.30 g	0.00 g	15.33 g	70.85 g	0.96 g	9.41 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	68.88 g	2.00 g	3.34 g

Uzsonna

Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré		
Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g

Vacsora

Párizsi, p.sonka, margarin[6,(1,7)]			Cs.sonka, margarin, diab miniméz[6]			Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7)			Zala, párizsi, margarin, [6]			Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7)			Párizsi, margarin, miniméz diab[6]			P.sonka, margarin, diab minijam[15, (1,6,7)]		
Energia: 215.55 Kcal / 901.00 KJ			Energia: 174.72 Kcal / 730.33 KJ			Energia: 1,954.88 Kcal / 8,171.40 KJ			Energia: 282.82 Kcal / 1,182.19 KJ			Energia: 1,954.88 Kcal / 8,171.40 KJ			Energia: 512.22 Kcal / 2,141.08 KJ			Energia: 148.50 Kcal / 620.73 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
14.02 g	15.90 g	4.81 g	7.10 g	9.25 g	2.80 g	111.92 g	154.60 g	57.43 g	13.32 g	24.45 g	7.99 g	111.92 g	154.60 g	57.43 g	22.10 g	37.00 g	11.70 g	8.90 g	8.44 g	2.36 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.29 g	0.00 g	0.95 g	17.24 g	16.20 g	1.20 g	1.49 g	0.00 g	2.13 g	1.49 g	0.00 g	2.13 g	111.92 g	154.60 g	57.43 g	20.84 g	16.20 g	3.50 g	8.43 g	0.00 g	0.13 g



**(50028) G:
TRANSZPLA
NT
GLUTÉNMEN
TES**

			25.84 g	8.10 g	18.63 g				25.84 g	8.10 g	18.63 g										
Reggeli	Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Körözött[7, (1)], Gluténmentes kenyér(7)			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi, margarin[6], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Vadász(V) + margarin(1,6,7), Gluténmentes kenyér(7)			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin[6], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Diab minijam, margarin[15], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Cs.sonka, margarin [6], Gluténmentes kenyér(7)			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, paprika (6), Gluténmentes kenyér(7)		
	Energia: 986.41 Kcal / 4,123.19 KJ			Energia: 991.70 Kcal / 4,145.31 KJ			Energia: 1,015.27 Kcal / 4,243.83 KJ			Energia: 940.70 Kcal / 3,932.13 KJ			Energia: 924.65 Kcal / 3,865.04 KJ			Energia: 940.70 Kcal / 3,932.13 KJ			Energia: 1,030.49 Kcal / 4,307.45 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	32.29 g	24.30 g	4.70 g	29.81 g	26.80 g	5.33 g	32.46 g	28.80 g	6.42 g	31.31 g	21.55 g	3.78 g	24.69 g	19.34 g	2.88 g	31.31 g	21.55 g	3.78 g	32.83 g	29.43 g	6.52 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
155.19 g	7.49 g	4.81 g	155.88 g	7.49 g	5.06 g	154.83 g	7.49 g	5.61 g	155.73 g	7.49 g	5.31 g	161.02 g	7.49 g	4.24 g	155.73 g	7.49 g	5.31 g	156.83 g	7.49 g	5.39 g	
Ebéd	GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			Csontleves tésztabetét nélkül [9], Majorannás sertésragu(12), Főtt burgonya[12]			Sárgarépapüreeleve s TM, Sült csirkemell[9], Párolt rizs GM		
	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 509.52 Kcal / 2,129.79 KJ			Energia: 650.32 Kcal / 2,718.34 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	25.09 g	16.51 g	3.46 g	41.32 g	17.23 g	3.18 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
0.00 g	0.00 g	0.20 g	0.00 g	0.00 g	0.20 g	0.00 g	0.00 g	0.20 g	0.00 g	0.00 g	0.20 g	0.00 g	0.00 g	0.20 g	63.31 g	2.24 g	5.38 g	80.06 g	0.60 g	5.77 g	
Uzsonna	Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré		
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	
Vacsora	Pulykasonka, margarin, kenőmájás (1,6,7,10)			Cs.sonka, margarin, kefir[6]			Tavaszi felvágott, margarin, natúr joghurt[7,(1,6)]			Lapkasajt (1csom.), margarin [7,(1)]			Tavaszi felvágott, margarin, kefir (1,6,7)			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7)		
	Energia: 280.93 Kcal / 1,174.29 KJ			Energia: 194.69 Kcal / 813.80 KJ			Energia: 1,985.43 Kcal / 8,299.10 KJ			Energia: 83.10 Kcal / 347.36 KJ			Energia: 1,985.02 Kcal / 8,297.38 KJ			Energia: 246.10 Kcal / 1,028.70 KJ			Energia: 146.70 Kcal / 613.21 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	16.47 g	22.25 g	8.69 g	11.22 g	13.73 g	5.74 g	107.90 g	157.40 g	59.77 g	0.78 g	8.64 g	2.88 g	107.62 g	157.68 g	59.91 g	10.00 g	18.70 g	7.15 g	12.65 g	8.40 g	4.96 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
2.29 g	0.00 g	1.48 g	7.48 g	0.00 g	1.20 g	30.46 g	8.10 g	18.63 g	0.14 g	0.10 g	0.28 g	30.18 g	8.10 g	18.63 g	7.91 g	0.00 g	0.95 g	4.95 g	0.00 g	0.00 g	

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50029) G: TRANSZPLA NT MŰTÉT- PÉP	Reggeli	Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt [7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt [7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Kefír, Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt [7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Kefír, Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Kefír, Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt [7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM		
		Energia: 306.86 Kcal / 1,282.67 KJ			Energia: 306.86 Kcal / 1,282.67 KJ			Energia: 306.45 Kcal / 1,280.96 KJ			Energia: 306.86 Kcal / 1,282.67 KJ			Energia: 306.45 Kcal / 1,280.96 KJ			Energia: 306.45 Kcal / 1,280.96 KJ			Energia: 306.86 Kcal / 1,282.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.98 g	9.20 g	2.91 g	15.98 g	9.20 g	2.91 g	15.70 g	9.48 g	3.05 g	15.98 g	9.20 g	2.91 g	15.70 g	9.48 g	3.05 g	15.70 g	9.48 g	3.05 g	15.98 g	9.20 g	2.91 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	41.72 g	0.00 g	1.30 g	41.72 g	0.00 g	1.30 g	41.44 g	0.00 g	1.30 g	41.72 g	0.00 g	1.30 g	41.44 g	0.00 g	1.30 g	41.44 g	0.00 g	1.30 g	41.72 g	0.00 g	1.30 g	
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Sült csirkemell darált, Burgonyapüré TM [12]			DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]			DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]			DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]			DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]			DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]			DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Sült csirkemell darált, Burgonyapüré TM [12]		
		Energia: 455.18 Kcal / 1,902.65 KJ			Energia: 492.74 Kcal / 2,059.65 KJ			Energia: 492.74 Kcal / 2,059.65 KJ			Energia: 492.74 Kcal / 2,059.65 KJ			Energia: 492.74 Kcal / 2,059.65 KJ			Energia: 492.74 Kcal / 2,059.65 KJ			Energia: 455.18 Kcal / 1,902.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27.78 g	12.22 g	2.58 g	24.77 g	17.89 g	4.69 g	24.77 g	17.89 g	4.69 g	24.77 g	17.89 g	4.69 g	24.77 g	17.89 g	4.69 g	24.77 g	17.89 g	4.69 g	27.78 g	12.22 g	2.58 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	56.82 g	2.00 g	0.48 g	56.41 g	2.00 g	0.50 g	56.41 g	2.00 g	0.50 g	56.41 g	2.00 g	0.50 g	56.41 g	2.00 g	0.50 g	56.41 g	2.00 g	0.50 g	56.82 g	2.00 g	0.48 g	
Uzsonna	ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15]			
	Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			Energia: 53.45 Kcal / 223.42 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g	12.80 g	12.30 g	0.00 g		
Vacsora	Kefír (2db)			Kefír (2db)			Kefír (2db)			Kefír (2db)			Kefír (2db)			Kefír (2db)			Kefír (2db)			
	Energia: 170.80 Kcal / 713.94 KJ			Energia: 170.80 Kcal / 713.94 KJ			Energia: 170.80 Kcal / 713.94 KJ			Energia: 170.80 Kcal / 713.94 KJ			Energia: 170.80 Kcal / 713.94 KJ			Energia: 170.80 Kcal / 713.94 KJ			Energia: 170.80 Kcal / 713.94 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	8.40 g	8.96 g	5.88 g	8.40 g	8.96 g	5.88 g	8.40 g	8.96 g	5.88 g	8.40 g	8.96 g	5.88 g	8.40 g	8.96 g	5.88 g	8.40 g	8.96 g	5.88 g	8.40 g	8.96 g	5.88 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
12.88 g	0.00 g	0.00 g	12.88 g	0.00 g	0.00 g	12.88 g	0.00 g	0.00 g	12.88 g	0.00 g	0.00 g	12.88 g	0.00 g	0.00 g	12.88 g	0.00 g	0.00 g	12.88 g	0.00 g	0.00 g		



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50030) G: FEHÉRJESZ EGÉNY 40g	Reggeli	Tea[15], minijam +marg.+ 0% joghurt[7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal	Tea[15], Párizsis szendvics[1,3,10,(13)]	Tea[15], Minijam, margarin, Korpás zsemle[1,(13)]	Tea[15], Tejföl, margarin[7], Korpás zsemle[1,(13)]	Tea[15], Sajtos szendvics[1,3,7,10,(13)]	Tea[15], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Tk. zsemle[1,(13)]	Tea[15], Zala, margarin, paprika (6), Korpás zsemle [1,(13)]
		Energia: 170.22 Kcal / 711.52 KJ	Energia: 495.74 Kcal / 2,072.19 KJ	Energia: 274.68 Kcal / 1,148.16 KJ	Energia: 429.43 Kcal / 1,795.02 KJ	Energia: 537.88 Kcal / 2,248.34 KJ	Energia: 189.03 Kcal / 790.15 KJ	Energia: 495.87 Kcal / 2,072.74 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 3.76 g 7.10 g 2.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 16.26 g 24.29 g 5.31 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 6.18 g 7.77 g 1.97 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 8.60 g 27.77 g 15.97 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 21.39 g 26.43 g 9.02 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 4.62 g 12.16 g 5.08 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 20.34 g 18.67 g 5.68 g
		Szénhidrát Cukor Só 21.28 g 11.00 g 0.20 g	Szénhidrát Cukor Só 51.42 g 4.14 g 2.16 g	Szénhidrát Cukor Só 43.12 g 3.64 g 0.66 g	Szénhidrát Cukor Só 34.36 g 7.44 g 0.74 g	Szénhidrát Cukor Só 51.96 g 4.78 g 1.99 g	Szénhidrát Cukor Só 14.10 g 3.40 g 0.26 g	Szénhidrát Cukor Só 59.50 g 3.96 g 2.40 g
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Tojáspörkölt [3], Főtt tészta[1]	Zöldségleves [1,3,9,(7)], Reszelt sajt[7], Sárgarépafozelék [1,7]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldségvagdalt [1,3,6,7,12], Petrezselymes burgonya [12]	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Gombapörkölt *mir.* , Petrezselymes rizs	Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Főtt tojás 2 db**[3], Kerti főzelék [1,7]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás zöldségragu[1], Főtt tészta[1]	Sárgarépaüveleves s TM[1,9,(3,7)], Rántott gombafejek [1,3], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]
		Energia: 645.15 Kcal / 2,696.73 KJ	Energia: 414.46 Kcal / 1,732.44 KJ	Energia: 685.99 Kcal / 2,867.44 KJ	Energia: 609.74 Kcal / 2,548.71 KJ	Energia: 502.24 Kcal / 2,099.36 KJ	Energia: 587.49 Kcal / 2,455.71 KJ	Energia: 555.35 Kcal / 2,321.36 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.12 g 17.61 g 2.79 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 14.48 g 23.21 g 5.99 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 16.78 g 24.84 g 3.76 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 17.99 g 20.54 g 2.35 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 21.63 g 23.03 g 5.17 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 19.08 g 11.50 g 1.19 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 13.66 g 20.19 g 5.53 g
		Szénhidrát Cukor Só 91.78 g 0.00 g 3.30 g	Szénhidrát Cukor Só 36.26 g 0.00 g 3.33 g	Szénhidrát Cukor Só 92.93 g 3.23 g 1.41 g	Szénhidrát Cukor Só 85.76 g 0.00 g 18.11 g	Szénhidrát Cukor Só 50.92 g 0.96 g 6.12 g	Szénhidrát Cukor Só 98.14 g 0.00 g 1.87 g	Szénhidrát Cukor Só 77.76 g 4.00 g 3.53 g
	Uzsonna	Almapüré	Müzli szelet[1,(5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1,(3,5,6,7)]	Alma	Alma	Almapüré	Piskóta szelet[1,3,(6,7,8)]
		Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ	Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 1.80 g 1.40 g 0.38 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 3.23 g 10.64 g 2.77 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 1.30 g 3.90 g 1.90 g
		Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 12.60 g 2.70 g 0.02 g	Szénhidrát Cukor Só 28.90 g 13.60 g 0.13 g	Szénhidrát Cukor Só 10.50 g 8.93 g 0.02 g	Szénhidrát Cukor Só 10.50 g 8.93 g 0.02 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 14.60 g 8.60 g 0.00 g
Vacsora	Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]	Miniméz, margarin, kefir, Kifli [1]	Főtt tojás +kockasajt +margarin[3,7], Félbarna kenyér [1,(6)]	Lapkasajt, margarin, natúr joghurt, zöldség[7,(1)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Minijam+margarin +kefir, Félbarna kenyér [1,(6)]	Tojás, natúr joghurt, margarin [3,7], Félbarna kenyér [1,(6)]	Sajtkrém, minijam, Félbarna kenyér [1,(6)]	
	Energia: 2,848.34 Kcal / 11,906.06 KJ	Energia: 489.62 Kcal / 2,046.61 KJ	Energia: 404.57 Kcal / 1,691.10 KJ	Energia: 421.67 Kcal / 1,762.58 KJ	Energia: 443.44 Kcal / 1,853.58 KJ	Energia: 337.17 Kcal / 1,409.37 KJ	Energia: 264.19 Kcal / 1,104.31 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsav 122.69 g 38.17 g 12.83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 13.02 g 13.54 g 4.84 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 16.04 g 15.85 g 5.02 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 15.48 g 14.62 g 5.98 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 13.80 g 13.08 g 5.14 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 14.65 g 16.80 g 6.09 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 8.98 g 7.80 g 4.65 g	
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	



	499.14 g	35.56 g	21.08 g	75.86 g	16.20 g	0.10 g	47.76 g	0.00 g	1.70 g	54.66 g	0.10 g	1.78 g	65.04 g	0.00 g	1.60 g	30.00 g	0.00 g	0.95 g	38.41 g	0.00 g	0.75 g
--	----------	---------	---------	---------	---------	--------	---------	--------	--------	---------	--------	--------	---------	--------	--------	---------	--------	--------	---------	--------	--------

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

Gazdaságvezető
dietetikus



Heti étlap 2026.07.06. - 2026.07.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50031) G: VEGA	Reggeli	Tea[15], Körözött [7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal	Tea[15], Kockasajt, margarin, natúr joghurt, uborka[7], Korpás zsemle[1, (13)]	Tea[15], Tej[7], Minijam, margarin, Korpás zsemle[1, (13)]	Tea[15], Tej[7], Tejföl, margarin[7], Zsemle[1]	Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]	Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Tk. zsemle[1, (13)]	Tea[15], Natúr joghurt[7], Korpás zsemle[1,(13)], Zöldség 6dkg tv paprika
		Energia: 173.49 Kcal / 725.19 Kj	Energia: 348.00 Kcal / 1,454.64 Kj	Energia: 371.74 Kcal / 1,553.87 Kj	Energia: 537.64 Kcal / 2,247.34 Kj	Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 Kj	Energia: 286.09 Kcal / 1,195.86 Kj	Energia: 395.34 Kcal / 1,652.52 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 8.36 g 12.00 g 3.72 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 12.30 g 14.48 g 6.35 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 12.98 g 10.77 g 3.60 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 14.64 g 30.37 g 17.53 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 28.19 g 29.43 g 10.65 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 11.42 g 15.16 g 6.71 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 17.06 g 5.94 g 2.94 g
		Szénhidrát Cukor Só 4.18 g 3.32 g 0.70 g	Szénhidrát Cukor Só 39.78 g 3.64 g 0.68 g	Szénhidrát Cukor Só 53.72 g 14.24 g 0.93 g	Szénhidrát Cukor Só 48.90 g 19.56 g 1.30 g	Szénhidrát Cukor Só 62.56 g 15.38 g 2.26 g	Szénhidrát Cukor Só 24.70 g 14.00 g 0.53 g	Szénhidrát Cukor Só 66.03 g 3.96 g 1.13 g
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Tojáspörkölt [3], Főtt tészta[1]	Zöldségleves [1,3,9,(7)], Reszelt sajt[7], Sárgarépafozelék [1,7]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldségvagdalt [1,3,6,7,12], Petrezselymes burgonya [12]	Fokhagyma krémleves[1,7], Gombapörkölt *mir. *, Petrezselymes rizs	Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Főtt tojás 2 db**[3], Kerti főzelék [1,7]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Tárkonyos zöldségragu[1], Főtt tészta[1]	Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott gombafejek [1,3], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]
		Energia: 645.15 Kcal / 2,696.73 Kj	Energia: 414.46 Kcal / 1,732.44 Kj	Energia: 685.99 Kcal / 2,867.44 Kj	Energia: 659.09 Kcal / 2,755.00 Kj	Energia: 502.24 Kcal / 2,099.36 Kj	Energia: 587.40 Kcal / 2,455.33 Kj	Energia: 611.39 Kcal / 2,555.61 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.12 g 17.61 g 2.79 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 14.48 g 23.21 g 5.99 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 16.78 g 24.84 g 3.76 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 18.62 g 23.41 g 2.85 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 21.63 g 23.03 g 5.17 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 19.07 g 11.50 g 1.19 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 13.65 g 21.06 g 6.02 g
		Szénhidrát Cukor Só 91.78 g 0.00 g 3.30 g	Szénhidrát Cukor Só 36.26 g 0.00 g 3.33 g	Szénhidrát Cukor Só 92.93 g 3.23 g 1.41 g	Szénhidrát Cukor Só 91.30 g 0.00 g 18.73 g	Szénhidrát Cukor Só 50.92 g 0.96 g 6.12 g	Szénhidrát Cukor Só 98.17 g 0.00 g 1.87 g	Szénhidrát Cukor Só 89.70 g 23.11 g 0.83 g
	Uzsonna	Almapüré	Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]	Túrós batyu csom.	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]	Almapüré	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]
		Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj	Energia: 70.54 Kcal / 294.86 Kj	Energia: 230.10 Kcal / 961.82 Kj	Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 Kj	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 Kj	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 1.80 g 1.40 g 0.38 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 3.23 g 10.64 g 2.77 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 9.90 g 8.30 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 1.30 g 3.90 g 1.90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 1.30 g 3.90 g 1.90 g
		Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 12.60 g 2.70 g 0.02 g	Szénhidrát Cukor Só 28.90 g 13.60 g 0.13 g	Szénhidrát Cukor Só 37.30 g 0.00 g 0.00 g	Szénhidrát Cukor Só 14.60 g 8.60 g 0.00 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 14.60 g 8.60 g 0.00 g



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50031) G: VEGA	Vacsora	Tapp.sajt (5),marg,gyüm.jog. 0%, uborka[7,(1)], Félbarna kenyér[1, (6,13)]			Miniméz, margarin, kefir, Kifli [1]			Főtt tojás +kockasajt +margarin[3,7], Félbarna kenyér [1, (6)]			Lapkasajt, margarin, natúr joghurt, zöldség[7, (1)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tojáskrém, minijam[3,10,(12)], Kifli[1]			Tojás, natúr joghurt, margarin [3,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Sajtkrém, minijam, margarin, Félbarna kenyér [1,(6)]		
		Energia: 2.878.33 Kcal / 12.031.42 Kj			Energia: 489.62 Kcal / 2,046.61 Kj			Energia: 404.57 Kcal / 1,691.10 Kj			Energia: 421.67 Kcal / 1,762.58 Kj			Energia: 432.82 Kcal / 1,809.19 Kj			Energia: 337.17 Kcal / 1,409.37 Kj			Energia: 328.98 Kcal / 1,375.14 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		125.87 g	38.15 g	12.93 g	13.02 g	13.54 g	4.84 g	16.04 g	15.85 g	5.02 g	15.48 g	14.62 g	5.98 g	12.17 g	12.07 g	2.64 g	14.65 g	16.80 g	6.09 g	9.00 g	14.80 g	6.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
503.36 g	43.24 g	21.19 g	75.86 g	16.20 g	0.10 g	47.76 g	0.00 g	1.70 g	54.66 g	0.10 g	1.78 g	66.36 g	0.00 g	0.20 g	30.00 g	0.00 g	0.95 g	38.45 g	0.00 g	0.85 g		



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50032) G: DIAB PURINSZEG ÉNY 180g	Reggeli	Fekete tea, Tej 2dl [7], Körözött[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Kockasajt, margarin, natúr joghurt, uborka[7], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Diab jam +margarin[15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Cs.sonka, margarin[6], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Korpás zsemle [1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Natúr joghurt [7], Korpás zsemle [1,(13)]		
		Energia: 524.20 Kcal / 2,191.16 KJ			Energia: 420.41 Kcal / 1,757.31 KJ			Energia: 323.29 Kcal / 1,351.35 KJ			Energia: 339.34 Kcal / 1,418.44 KJ			Energia: 492.53 Kcal / 2,058.78 KJ			Energia: 506.46 Kcal / 2,117.00 KJ			Energia: 455.01 Kcal / 1,901.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26.05 g	16.54 g	5.86 g	18.55 g	17.48 g	8.35 g	12.73 g	10.81 g	3.97 g	19.35 g	13.02 g	4.87 g	26.92 g	25.00 g	12.90 g	20.91 g	16.50 g	7.20 g	22.53 g	8.74 g	4.94 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	63.73 g	0.64 g	1.82 g	45.65 g	0.32 g	0.68 g	42.72 g	0.32 g	0.69 g	37.43 g	0.32 g	1.76 g	39.03 g	1.12 g	1.88 g	67.25 g	0.64 g	1.24 g	69.95 g	0.64 g	1.12 g	
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Csontleves[1,9,(3,7)], Sertéssült, Sárgarépafozelék [1,7]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Karfiolos csirkeragu[1,7], Petrezselymes burgonya [12]			Húsgombócleves [1,9,(3,6,7,12)], Sertéssült, Tökfozelék [1,7]			Húsleves[1,3,9,(7)], Vagdalt szelet [1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Szamócás almapüréleves diab [7,15,(1,6,8,12)], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüre [7,12], Ecetes cékla [15]		
		Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ			Energia: 460.22 Kcal / 1,923.72 KJ			Energia: 699.61 Kcal / 2,924.37 KJ			Energia: 633.05 Kcal / 2,646.15 KJ			Energia: 428.02 Kcal / 1,789.12 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 670.24 Kcal / 2,801.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		33.54 g	20.49 g	3.69 g	24.00 g	25.66 g	5.05 g	29.90 g	23.85 g	2.40 g	33.74 g	27.03 g	6.01 g	22.09 g	20.88 g	3.52 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	17.89 g	28.99 g	7.79 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	89.75 g	0.00 g	3.33 g	32.56 g	0.00 g	2.59 g	89.02 g	2.08 g	1.25 g	55.81 g	1.67 g	4.47 g	53.16 g	0.83 g	8.58 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	82.58 g	2.08 g	0.89 g	
Uzsonna	Almapüré			Alma			Alma			Alma			Almapüré			Almapüré			Alma			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 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	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
25.25 g	25.25 g	0.01 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g		
Vacsora	Tapp.sajt (5),marg.gyüm.jog. 0%, uborka[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]			Miniméz diab +marg.,+kefir, Korpás zsemle[1,(13)]			Főtt tojás +kockasajt +margarin[3,7], Korpás zsemle[1,(13)]			Lapkasajt, margarin, natúr joghurt, zöldség[7,(1)], Korpás zsemle [1,(13)]			Diab jam+margarin +kefir[15], Korpás zsemle[1,(13)]			Tojás, natúr joghurt, margarin [3,7], Korpás zsemle[1,(13)]			Sajtkrém, margarin, minijam diab[15], Korpás zsemle[1,(13)]			
	Energia: 431.62 Kcal / 1,804.17 KJ			Energia: 493.92 Kcal / 2,064.59 KJ			Energia: 441.87 Kcal / 1,847.02 KJ			Energia: 458.97 Kcal / 1,918.49 KJ			Energia: 456.94 Kcal / 1,910.01 KJ			Energia: 355.82 Kcal / 1,487.33 KJ			Energia: 323.83 Kcal / 1,353.61 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	23.49 g	21.98 g	11.00 g	15.74 g	13.02 g	4.98 g	17.98 g	15.79 g	4.86 g	17.42 g	14.56 g	5.82 g	16.04 g	13.06 g	4.98 g	15.62 g	16.77 g	6.01 g	10.27 g	14.81 g	6.47 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		



**(50033) G:
GLUTÉNMENTES**

33.70 g			8.80 g			1.99 g			76.36 g			16.84 g			1.22 g			55.44 g			0.64 g			1.32 g			62.34 g			0.74 g			1.40 g			66.45 g			0.64 g			1.25 g			33.84 g			0.32 g			0.76 g			36.02 g			0.32 g			0.69 g																																
Reggeli																														Tea[15], Tej[7], Körözött[7,(1)], Gluténmentes kenyér(7)									Tea[15], Tej[7], Párizsi,margarin,uborka[6], Gluténmentes kenyér(7)									Tej[7], Tea[15], Vadász(V) + margarin(1,6,7), Gluténmentes kenyér(7)									Tea[15], Tej[7], Cs.sonka, margarin [6], Gluténmentes kenyér(7)									Tea[15], Tej[7], Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Gluténmentes kenyér(7)									Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Gluténmentes kenyér(7)									Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Gluténmentes kenyér(7)								
																														Energia: 880.91 Kcal / 3,682.20 KJ									Energia: 893.25 Kcal / 3,733.79 KJ									Energia: 909.77 Kcal / 3,802.84 KJ									Energia: 835.20 Kcal / 3,491.14 KJ									Energia: 988.39 Kcal / 4,131.47 KJ									Energia: 863.17 Kcal / 3,608.05 KJ									Energia: 924.99 Kcal / 3,866.46 KJ								
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav											
																														27.95 g			22.30 g			6.22 g			26.07 g			24.86 g			6.85 g			28.12 g			26.80 g			7.94 g			26.97 g			19.55 g			5.30 g			34.54 g			31.53 g			13.33 g			22.81 g			22.26 g			7.56 g			28.49 g			27.43 g			8.04 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
134.47 g			21.41 g			3.78 g			136.18 g			21.41 g			4.05 g			134.11 g			21.41 g			4.58 g			135.01 g			21.41 g			4.28 g			136.61 g			22.21 g			4.40 g			137.99 g			21.41 g			3.20 g			136.11 g			21.41 g			4.36 g																																
Ebéd																														GM TM leves, GM TM főétel									GM TM leves, GM TM főétel									GM TM leves, GM TM főétel									GM TM leves, GM TM főétel									GM TM leves, GM TM főétel									Csontleves tésztabetét nélkül [9], Majorannás sertésragu(12), Főtt burgonya[12]									Sárgarépapürelve s TM, Sült csirkemell[9], Párolt rizs GM								
																														Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ									Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ									Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ									Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ									Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ									Energia: 509.52 Kcal / 2,129.79 KJ									Energia: 650.32 Kcal / 2,718.34 KJ								
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav											
																														0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			25.09 g			16.51 g			3.46 g			41.32 g			17.23 g			3.18 g					
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
0.00 g			0.00 g			0.20 g			0.00 g			0.00 g			0.20 g			0.00 g			0.00 g			0.20 g			0.00 g			0.00 g			0.20 g			0.00 g			0.00 g			0.20 g			63.31 g			2.24 g			5.38 g			80.06 g			0.60 g			5.77 g																																
Uzsonna																														Almapüré									Alma									Alma									Alma									Almapüré									Alma									Alma								
																														Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ								
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav											
																														0.38 g			0.38 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 g			0.38 g			0.38 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 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			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
25.25 g			25.25 g			0.01 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			25.25 g			25.25 g			0.01 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g																																
Vacsora																														Kenőmájás, trapp. sajt, zöldség[7, (1,6,10)]									Cs.sonka, margarin, kefir[6]									Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)]									Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)]									Tavaszi felvágott, margarin, kefir (1,6,7)									Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7]									Sajtkrém, p.sonka (1,6,7)								
																														Energia: 353.87 Kcal / 1,479.18 KJ									Energia: 194.69 Kcal / 813.80 KJ									Energia: 1,932.33 Kcal / 8,077.14 KJ									Energia: 217.39 Kcal / 908.69 KJ									Energia: 1,985.02 Kcal / 8,297.38 KJ									Energia: 246.10 Kcal / 1,028.70 KJ									Energia: 146.70 Kcal / 613.21 KJ								
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav			Fehérje			Zsír			T.Zsírsav											
																														22.40 g			27.96 g			15.26 g			11.22 g			13.73 g			5.74 g			104.54 g			155.65 g			58.55 g			9.30 g			18.77 g			6.52 g			107.62 g			157.68 g			59.91 g			10.00 g			18.70 g			7.15 g			12.65 g			8.40 g			4.96 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
1.97 g			0.80 g			2.61 g			7.48 g			0.00 g			1.20 g			25.22 g			8.10 g			18.63 g			2.24 g			0.10 g			1.46 g			30.18 g			8.10 g			18.63 g			7.91 g			0.00 g			0.95 g			4.95 g			0.00 g			0.00 g																																



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap			
(50034) G: GLUTÉN- TEJMENTES	Reggeli	Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6, 15], Gluténmentes kenyér(7)			Tea[15], Párizsi, margarin+uborka [6, 15], Gluténmentes kenyér(7)			Tea[15], Vadász(V) + margarin(1,6,7), Gluténmentes kenyér(7)			Tea[15], Cs.sonka, margarin[6], Gluténmentes kenyér(7)			Tea[15], Minijam, margarin, Gluténmentes kenyér(7)			Tea[15], Cs.sonka, margarin, zöldség [6], Gluténmentes kenyér(7)			Tea[15], Zala, margarin, paprika (6), Gluténmentes kenyér(7)			
		Energia: 791.59 Kcal / 3,308.85 KJ			Energia: 849.64 Kcal / 3,551.50 KJ			Energia: 812.71 Kcal / 3,397.13 KJ			Energia: 738.14 Kcal / 3,085.43 KJ			Energia: 745.89 Kcal / 3,117.82 KJ			Energia: 745.19 Kcal / 3,114.89 KJ			Energia: 827.93 Kcal / 3,460.75 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
		20.17 g	16.55 g	3.67 g	19.27 g	21.86 g	5.22 g	21.32 g	23.80 g	6.31 g	20.17 g	16.55 g	3.67 g	13.25 g	14.30 g	2.77 g	20.77 g	16.61 g	3.67 g	21.69 g	24.43 g	6.41 g	
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
	137.21 g 23.11 g 4.01 g			138.38 g 23.11 g 3.78 g			123.51 g 10.81 g 4.31 g			124.41 g 10.81 g 4.01 g			135.97 g 10.81 g 2.91 g			125.43 g 10.81 g 4.03 g			125.51 g 10.81 g 4.09 g				
	Ebéd	GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			GM TM leves, GM TM főétel			Csontleves tésztabetét nélkül [9], Majorannás sertésragu(12), Főtt burgonya[12]			Sárgarépapüreeleves TM, Sült csirkemell[9], Párolt rizs GM			
		Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 509.52 Kcal / 2,129.79 KJ			Energia: 650.32 Kcal / 2,718.34 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
		0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	25.09 g	16.51 g	3.46 g	41.32 g	17.23 g	3.18 g	
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
	0.00 g 0.00 g 0.20 g			0.00 g 0.00 g 0.20 g			0.00 g 0.00 g 0.20 g			0.00 g 0.00 g 0.20 g			0.00 g 0.00 g 0.20 g			0.00 g 0.00 g 0.20 g			63.31 g 2.24 g 5.38 g			80.06 g 0.60 g 5.77 g	
Uzsonna	Almapüré			Alma			Alma			Alma			Almapüré			Alma			Alma				
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ				
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav		
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só					
25.25 g 25.25 g 0.01 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g		
Vacsora	Kenőmájas, p.sonka, zöldség (1,6,7,10)			Cs.sonka, margarin, miniméz [6]			Tavaszi felvágott, margarin, főtt tojás [3,(1,6,7)]			Zala, párizsi, margarin, zöldség [6]			Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7)			Párizsi,marg.,tojás [3,6]			Minijam, margarin, p.sonka(1,6,7)				
	Energia: 223.19 Kcal / 932.93 KJ			Energia: 174.72 Kcal / 730.33 KJ			Energia: 1,965.69 Kcal / 8,216.58 KJ			Energia: 291.56 Kcal / 1,218.72 KJ			Energia: 1,954.88 Kcal / 8,171.40 KJ			Energia: 226.36 Kcal / 946.18 KJ			Energia: 172.30 Kcal / 720.21 KJ				
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav		
	17.05 g	15.31 g	6.79 g	7.10 g	9.25 g	2.80 g	108.82 g	158.00 g	58.21 g	14.04 g	24.51 g	7.99 g	111.92 g	154.60 g	57.43 g	10.92 g	19.30 g	5.59 g	8.60 g	8.40 g	2.36 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só					
3.27 g 0.00 g 1.39 g			17.24 g 16.20 g 1.20 g			23.98 g 8.10 g 18.73 g			2.81 g 0.00 g 2.22 g			25.84 g 8.10 g 18.63 g			1.43 g 0.00 g 1.05 g			14.70 g 0.00 g 0.10 g					



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50035) G: ZSÍRMENTE S (LYMPHÁS)	Reggeli	Tea[15], Minijam (2)[15], Zsemle[1]			Tea[15], Cs.sonka, miniméz (2 db), 100%-os gyümölcslé[6,15], Zsemle[1]			Tea[15], Minijam (2), Zsemle[1]			Tea[15], Miniméz (2), Zsemle[1]			Tea[15], Minijam (2), Zsemle[1]			Tea[15], Miniméz, Zsemle[1]			Tea[15], Minijam (2), Zsemle[1]		
		Energia: 477.04 Kcal / 1,994.03 KJ			Energia: 397.60 Kcal / 1,661.97 KJ			Energia: 273.29 Kcal / 1,142.35 KJ			Energia: 299.65 Kcal / 1,252.54 KJ			Energia: 273.29 Kcal / 1,142.35 KJ			Energia: 384.52 Kcal / 1,607.29 KJ			Energia: 423.59 Kcal / 1,770.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.44 g	0.74 g	0.00 g	12.48 g	2.62 g	0.90 g	5.48 g	0.37 g	0.00 g	5.48 g	0.37 g	0.00 g	5.48 g	0.37 g	0.00 g	10.36 g	0.74 g	0.00 g	10.44 g	0.74 g	0.00 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	103.16 g 19.30 g 1.70 g			80.66 g 49.86 g 1.95 g			59.58 g 5.16 g 0.85 g			66.86 g 37.56 g 0.85 g			59.58 g 5.16 g 0.85 g			81.44 g 23.20 g 1.70 g			90.36 g 7.00 g 1.70 g			
	Ebéd	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Főtt burgonya[12]			Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Párolt sárgarépa**			Szűrt leves, Sült csirkemell, Párolt brokkoli **[6,7]			Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Főtt burgonya[12]			Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Párolt zöldségek			Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Főtt burgonya[12]			Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Főtt burgonya[12]		
		Energia: 406.80 Kcal / 1,700.42 KJ			Energia: 258.09 Kcal / 1,078.82 KJ			Energia: 364.90 Kcal / 1,525.28 KJ			Energia: 406.80 Kcal / 1,700.42 KJ			Energia: 325.89 Kcal / 1,362.22 KJ			Energia: 406.80 Kcal / 1,700.42 KJ			Energia: 406.80 Kcal / 1,700.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.60 g	6.01 g	0.75 g	20.05 g	6.02 g	0.78 g	36.26 g	15.68 g	3.88 g	23.60 g	6.01 g	0.75 g	22.48 g	15.64 g	1.78 g	23.60 g	6.01 g	0.75 g	23.60 g	6.01 g	0.75 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	62.81 g 2.24 g 3.59 g			29.69 g 0.00 g 4.34 g			15.07 g 0.00 g 0.63 g			62.81 g 2.24 g 3.59 g			22.05 g 0.00 g 6.60 g			62.81 g 2.24 g 3.59 g			62.81 g 2.24 g 3.59 g			
Uzsonna	Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g				
Vacsora	Tauris cs.sonka 80g, Almapüré, Félbarna kenyér[1, (6,13)]			Tauris cs.sonka 80g, Félbarna kenyér [1,(6)]			Tauris cs.sonka 80g, Félbarna kenyér [1,(6)], Almapüré			Tauris cs.sonka 80g, Félbarna kenyér [1,(6)], Zöldség 6dkg tv paprika			Tauris cs.sonka 80g, Félbarna kenyér [1,(6)], Almapüré			Tauris cs.sonka 80g, Félbarna kenyér [1,(6)]			Tauris cs.sonka 80g, Félbarna kenyér [1,(6)], Almapüré			
	Energia: 2,695.95 Kcal / 11,269.07 KJ			Energia: 241.00 Kcal / 1,007.38 KJ			Energia: 351.09 Kcal / 1,467.56 KJ			Energia: 253.74 Kcal / 1,060.63 KJ			Energia: 351.09 Kcal / 1,467.56 KJ			Energia: 120.50 Kcal / 503.69 KJ			Energia: 230.59 Kcal / 963.87 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	108.48 g	17.32 g	2.00 g	9.50 g	1.60 g	0.30 g	9.88 g	1.98 g	0.30 g	10.28 g	1.80 g	0.30 g	9.88 g	1.98 g	0.30 g	4.75 g	0.80 g	0.15 g	5.13 g	1.18 g	0.15 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
521.75 g 60.01 g 19.77 g			46.00 g 0.00 g 1.50 g			71.25 g 25.25 g 1.51 g			47.95 g 0.00 g 1.51 g			71.25 g 25.25 g 1.51 g			23.00 g 0.00 g 0.75 g			48.25 g 25.25 g 0.76 g				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50036) G: TEK	Reggeli	Fekete tea, Körözött[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Párizsi,margarin,uborka[6], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Vadász + margarin (1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Cs.sonka, margarin [6], Korpás zsemle [1,(13)]			Fekete tea, Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Kockasajt2, margarin, uborka [7], Korpás zsemle [1,(13)]			Fekete tea, Zala, margarin, paprika (6), Korpás zsemle [1,(13)]		
		Energia: 434.20 Kcal / 1,814.96 KJ			Energia: 446.54 Kcal / 1,866.54 KJ			Energia: 463.06 Kcal / 1,935.59 KJ			Energia: 388.49 Kcal / 1,623.89 KJ			Energia: 541.68 Kcal / 2,264.22 KJ			Energia: 416.46 Kcal / 1,740.80 KJ			Energia: 478.28 Kcal / 1,999.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		19.45 g	13.54 g	3.86 g	17.57 g	16.10 g	4.49 g	19.62 g	18.04 g	5.58 g	18.47 g	10.79 g	2.94 g	26.04 g	22.77 g	10.97 g	14.31 g	13.50 g	5.20 g	19.99 g	18.67 g	5.68 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	54.33 g 0.64 g 1.82 g			56.04 g 0.64 g 2.09 g			53.97 g 0.64 g 2.62 g			54.87 g 0.64 g 2.32 g			56.47 g 1.44 g 2.44 g			57.85 g 0.64 g 1.24 g			55.97 g 0.64 g 2.40 g			
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelékpüre [1,7,15], Omlett [3,7]			DOBOZ (leves +főétel), Csontleves[1,9,(3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]			DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			DOBOZ (leves +főétel), Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			DOBOZ (leves +főétel), Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]			DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			DOBOZ (leves +főétel), Szamócás almapüréleves diab [7,15,(1,6,8,12)], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüre [7,12], Ecetes cékla [15]		
		Energia: 570.73 Kcal / 2,385.65 KJ			Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ			Energia: 572.78 Kcal / 2,394.22 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 670.24 Kcal / 2,801.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		32.99 g	21.97 g	4.82 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	23.88 g	27.14 g	4.23 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	17.89 g	28.99 g	7.79 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	58.40 g 0.00 g 3.19 g			86.10 g 0.83 g 4.50 g			73.20 g 2.08 g 1.29 g			102.55 g 0.00 g 17.49 g			72.92 g 1.79 g 9.44 g			89.50 g 0.00 g 4.99 g			82.58 g 2.08 g 0.89 g			
Uzsonna	Almapüré			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
25.25 g 25.25 g 0.01 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g				
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7,(3,6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Cs.sonka, margarin, kefir[6], Korpás zsemle[1,(13)]			Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Zala,lapkasajt,marg, paprika[7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Tavaszi felvágott, margarin, kefir (1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7], Korpás zsemle[1,(13)]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]			
	Energia: 578.28 Kcal / 2,417.21 KJ			Energia: 472.99 Kcal / 1,977.10 KJ			Energia: 2,210.63 Kcal / 9,240.43 KJ			Energia: 495.69 Kcal / 2,071.98 KJ			Energia: 2,263.32 Kcal / 9,460.68 KJ			Energia: 524.40 Kcal / 2,191.99 KJ			Energia: 425.00 Kcal / 1,776.50 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	31.25 g	24.05 g	11.92 g	22.66 g	15.27 g	5.88 g	115.98 g	157.19 g	58.69 g	20.74 g	20.31 g	6.66 g	119.06 g	159.22 g	60.05 g	21.44 g	20.24 g	7.29 g	24.09 g	9.94 g	5.10 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				



**(50037) G:
TEK
TEJMENTES**

57.86 g			1.44 g			3.09 g			61.16 g			0.64 g			2.32 g			78.90 g			8.74 g			19.75 g			55.92 g			0.74 g			2.58 g			83.86 g			8.74 g			19.75 g			61.59 g			0.64 g			2.07 g			58.63 g			0.64 g			1.12 g		
Reggeli			Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]						Tea[15], Párizsi, margarin,szívószál as gyümölcsle[6], Zsemle[1]						Fekete tea, Vadász, margarin, gyümölcsle[1,(1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]						Tea[15], ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]						Tea[15], Diab minijam, margarin [15], Korpás zsemle[1,(13)]						Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]						Tea[15], Zala, margarin, paprika (6), Korpás zsemle [1,(13)]																							
			Energia: 459.53 Kcal / 1,920.84 KJ						Energia: 681.01 Kcal / 2,846.62 KJ						Energia: 377.36 Kcal / 1,577.36 KJ						Energia: 373.83 Kcal / 1,562.61 KJ						Energia: 304.33 Kcal / 1,272.10 KJ						Energia: 459.53 Kcal / 1,920.84 KJ						Energia: 495.87 Kcal / 2,072.74 KJ																							
			Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav																			
			18.82 g		10.79 g		2.94 g		27.42 g		37.37 g		11.70 g		13.90 g		17.27 g		5.51 g		13.10 g		10.02 g		2.87 g		6.48 g		7.81 g		1.97 g		18.82 g		10.79 g		2.94 g		20.34 g		18.67 g		5.68 g																			
Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só																						
71.20 g		16.26 g		2.32 g		55.30 g		21.36 g		4.35 g		39.93 g		12.62 g		2.06 g		57.16 g		28.24 g		1.76 g		49.65 g		15.94 g		0.69 g		71.20 g		16.26 g		2.32 g		59.50 g		3.96 g		2.40 g																						
Ebéd			DOBOZ (leves +főétel), Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]						DOBOZ (leves +főétel), Csontleves[1,9,(3,7)], Sertéssült, Sárgarépafozelék TM[1]						DOBOZ (leves +főétel), Reszeltészta leves [1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]						DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Petrezselymes rizs						DOBOZ (leves +főétel), Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]						DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]						DOBOZ (leves +főétel), Sárgarépaüveles TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüre TM [12]																							
			Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ						Energia: 433.22 Kcal / 1,810.86 KJ						Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ						Energia: 642.63 Kcal / 2,686.19 KJ						Energia: 541.58 Kcal / 2,263.80 KJ						Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ						Energia: 534.79 Kcal / 2,235.42 KJ																							
			Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav																			
			33.54 g		20.49 g		3.69 g		22.02 g		24.76 g		4.45 g		36.36 g		19.22 g		2.30 g		27.19 g		22.98 g		4.19 g		22.94 g		26.51 g		3.94 g		33.70 g		24.21 g		4.22 g		33.99 g		12.90 g		2.79 g																			
Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só																						
89.75 g		0.00 g		3.33 g		29.74 g		0.00 g		2.59 g		73.20 g		2.08 g		1.29 g		79.30 g		0.00 g		15.33 g		70.85 g		0.96 g		9.41 g		89.50 g		0.00 g		4.99 g		68.88 g		2.00 g		3.34 g																						
Uzsonna			Almapüré						Almapüré						Almapüré						Almapüré						Almapüré						Almapüré						Almapüré																							
			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ																							
			Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav																			
			0.38 g		0.38 g		0.00 g		0.38 g		0.38 g		0.00 g		0.38 g		0.38 g		0.00 g		0.38 g		0.38 g		0.00 g		0.38 g		0.38 g		0.00 g		0.38 g		0.38 g		0.00 g		0.38 g		0.38 g		0.00 g																			
Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só																						
25.25 g		25.25 g		0.01 g		25.25 g		25.25 g		0.01 g		25.25 g		25.25 g		0.01 g		25.25 g		25.25 g		0.01 g		25.25 g		25.25 g		0.01 g		25.25 g		25.25 g		0.01 g		25.25 g		25.25 g		0.01 g																						
Vacsora			Párizsi, p.sonka, margarin[6,(1,7)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]						Cs.sonka +margarin+diab méz[6], Félbarna kenyér [1,(6)]						P.sonka, margarin,tojás[3,(1,6,7)], Félbarna kenyér [1,(6)]						Zala, párizsi, margarin, [6], Félbarna kenyér [1,(6)]						Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]						Párizsi (2),marg., [6], Félbarna kenyér [1,(6)]						P.sonka (2 db), margarin(1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]																							
			Energia: 2,801.41 Kcal / 11,709.89 KJ						Energia: 415.72 Kcal / 1,737.71 KJ						Energia: 427.12 Kcal / 1,785.36 KJ						Energia: 523.82 Kcal / 2,189.57 KJ						Energia: 2,195.88 Kcal / 9,178.78 KJ						Energia: 376.29 Kcal / 1,572.89 KJ						Energia: 295.81 Kcal / 1,236.49 KJ																							
			Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav		Fehérje		Zsír		T.Zsírsav																			
			122.12 g		32.84 g		6.81 g		16.60 g		10.85 g		3.10 g		23.42 g		14.80 g		3.90 g		22.82 g		26.05 g		8.29 g		121.42 g		156.20 g		57.73 g		15.77 g		22.80 g		6.95 g		21.77 g		10.60 g		2.97 g																			
Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só		Szénhidrát		Cukor		Só																						
499.79 g		34.76 g		20.71 g		63.24 g		16.20 g		2.70 g		48.38 g		0.00 g		1.70 g		47.49 g		0.00 g		3.63 g		Szénhidrát		Cukor		Só		25.34 g		0.00 g		2.55 g		27.24 g		0.00 g		0.85 g																						



(50040) G: PET CT	Reggeli	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi (4)[6]			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi (4)[6]			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Vadász (4) (1,6,7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka (4 db)[6]			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi (4)[6]			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka (4 db)[6]			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala(4)(6)		
		Energia: 382.00 Kcal / 1,596.76 KJ			Energia: 382.00 Kcal / 1,596.76 KJ			Energia: 476.28 Kcal / 1,990.85 KJ			Energia: 178.00 Kcal / 744.04 KJ			Energia: 382.00 Kcal / 1,596.76 KJ			Energia: 178.00 Kcal / 744.04 KJ			Energia: 490.12 Kcal / 2,048.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.00 g	30.00 g	9.80 g	22.00 g	30.00 g	9.80 g	32.60 g	38.00 g	14.16 g	28.00 g	9.00 g	3.60 g	22.00 g	30.00 g	9.80 g	28.00 g	9.00 g	3.60 g	31.20 g	39.80 g	14.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		4.60 g	0.00 g	4.10 g	4.60 g	0.00 g	4.10 g	0.40 g	0.00 g	6.30 g	4.00 g	0.00 g	5.10 g	4.60 g	0.00 g	4.10 g	4.00 g	0.00 g	5.10 g	1.20 g	0.00 g	5.42 g
	Ebéd	Szűrt leves, Sertéssült			Szűrt leves, Sertéssült			Szűrt leves, Sült csirkemell			Szűrt leves, Sertéssült			Szűrt leves, Sertéssült			Szűrt leves, Sült csirkemell					
		Energia: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ			Energia: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ			Energia: 508.43 Kcal / 2,125.24 KJ			Energia: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ			Energia: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ			Energia: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ			Energia: 508.43 Kcal / 2,125.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		52.37 g	30.89 g	8.19 g	52.37 g	30.89 g	8.19 g	77.33 g	15.17 g	2.07 g	52.37 g	30.89 g	8.19 g	52.37 g	30.89 g	8.19 g	52.37 g	30.89 g	8.19 g	77.33 g	15.17 g	2.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		8.30 g	0.00 g	0.71 g	8.30 g	0.00 g	0.71 g	14.81 g	0.00 g	0.80 g	8.30 g	0.00 g	0.71 g	8.30 g	0.00 g	0.71 g	8.30 g	0.00 g	0.71 g	14.81 g	0.00 g	0.80 g
Vacsora	Pulykasonka (4 db)(1,6,7)			Cs.sonka (4 db)[6]			Pulykasonka (2 db), főtt tojás (2 db) [3,(1,6,7)]			Zala(4)(6)			Pulykasonka (4 db)(1,6,7)			Párizsi(2)+tojás(2) [3,6]			Pulykasonka (4 db)(1,6,7)			
	Energia: 442.08 Kcal / 1,847.89 KJ			Energia: 178.00 Kcal / 744.04 KJ			Energia: 242.66 Kcal / 1,014.32 KJ			Energia: 490.12 Kcal / 2,048.70 KJ			Energia: 442.08 Kcal / 1,847.89 KJ			Energia: 323.14 Kcal / 1,350.73 KJ			Energia: 221.04 Kcal / 923.95 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	68.00 g	11.20 g	3.68 g	28.00 g	9.00 g	3.60 g	27.80 g	12.40 g	3.40 g	31.20 g	39.80 g	14.56 g	68.00 g	11.20 g	3.68 g	21.80 g	24.60 g	7.38 g	34.00 g	5.60 g	1.84 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	16.80 g	0.00 g	0.00 g	4.00 g	0.00 g	4.40 g	4.68 g	0.00 g	0.20 g	1.20 g	0.00 g	4.72 g	16.80 g	0.00 g	0.00 g	2.78 g	0.00 g	1.90 g	8.40 g	0.00 g	0.00 g	

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50039) G: EGYNAPOS SEBÉSZET	Ebéd	ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]		
		Energia: 530.70 Kcal / 2,218.33 KJ			Energia: 530.70 Kcal / 2,218.33 KJ			Energia: 530.70 Kcal / 2,218.33 KJ			Energia: 530.70 Kcal / 2,218.33 KJ			Energia: 530.70 Kcal / 2,218.33 KJ			Energia: 530.70 Kcal / 2,218.33 KJ			Energia: 530.70 Kcal / 2,218.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.90 g	24.29 g	5.31 g	15.90 g	24.29 g	5.31 g	15.90 g	24.29 g	5.31 g	15.90 g	24.29 g	5.31 g	15.90 g	24.29 g	5.31 g	15.90 g	24.29 g	5.31 g	15.90 g	24.29 g	5.31 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	60.54 g 13.12 g 2.16 g			60.54 g 13.12 g 2.16 g			60.54 g 13.12 g 2.16 g			60.54 g 13.12 g 2.16 g			60.54 g 13.12 g 2.16 g			60.54 g 13.12 g 2.16 g			60.54 g 13.12 g 2.16 g			
	Uzsonna	Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma		
		Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			
Vacsora	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]			Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Félbarna kenyér [1,(6)]			
	Energia: 2,951.64 Kcal / 12,337.86 KJ			Energia: 486.28 Kcal / 2,032.65 KJ			Energia: 486.28 Kcal / 2,032.65 KJ			Energia: 486.28 Kcal / 2,032.65 KJ			Energia: 486.28 Kcal / 2,032.65 KJ			Energia: 1,570.78 Kcal / 6,565.86 KJ			Energia: 1,570.78 Kcal / 6,565.86 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	118.38 g	35.44 g	8.25 g	15.03 g	19.30 g	6.40 g	15.03 g	19.30 g	6.40 g	15.03 g	19.30 g	6.40 g	15.03 g	19.30 g	6.40 g	57.78 g	26.50 g	7.75 g	57.78 g	26.50 g	7.75 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
534.60 g 34.76 g 22.40 g			61.10 g 0.00 g 3.39 g			61.10 g 0.00 g 3.39 g			61.10 g 0.00 g 3.39 g			61.10 g 0.00 g 3.39 g			268.10 g 0.00 g 10.14 g			268.10 g 0.00 g 10.14 g				



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
(50041) G: ÉRSEBÉSZE T HIDEG EBÉD	Vacsora	ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsi, margarin, kefir[6], Zsemle[1]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsi, margarin, kefir[6], Zsemle[1]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsi, margarin, kefir[6], Zsemle[1]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsi, margarin, kefir[6], Zsemle[1]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsi, margarin, kefir[6], Zsemle[1]			ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsi, margarin, kefir[6], Zsemle[1]					
		Energia: 599.74 Kcal / 2,506.91 KJ			Energia: 599.74 Kcal / 2,506.91 KJ			Energia: 599.74 Kcal / 2,506.91 KJ			Energia: 599.74 Kcal / 2,506.91 KJ			Energia: 599.74 Kcal / 2,506.91 KJ			Energia: 599.74 Kcal / 2,506.91 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.64 g	19.72 g	7.29 g	19.64 g	19.72 g	7.29 g	19.64 g	19.72 g	7.29 g	19.64 g	19.72 g	7.29 g	19.64 g	19.72 g	7.29 g	19.64 g	19.72 g	7.29 g	19.64 g	19.72 g	7.29 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
81.99 g	15.98 g	2.65 g	81.99 g	15.98 g	2.65 g	81.99 g	15.98 g	2.65 g	81.99 g	15.98 g	2.65 g	81.99 g	15.98 g	2.65 g	81.99 g	15.98 g	2.65 g	81.99 g	15.98 g	2.65 g		

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

dietetikus

Gazdaságvezető



Heti étlap 2026.07.06. - 2026.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50000) G: KV A MENÜ	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött[7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal			Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]			Tea[15], Tej[7], Kenőmájás szendvics[1, (6,7,10,13)]			Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Tk. zsemle[1, (13)]			Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]		
		Energia: 270.55 Kcal / 1,130.90 KJ			Energia: 592.80 Kcal / 2,477.90 KJ			Energia: 605.26 Kcal / 2,529.99 KJ			Energia: 519.88 Kcal / 2,173.10 KJ			Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 KJ			Energia: 286.09 Kcal / 1,195.86 KJ			Energia: 592.93 Kcal / 2,478.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.16 g	15.00 g	5.35 g	23.06 g	27.29 g	6.94 g	25.26 g	27.69 g	7.04 g	24.87 g	18.07 g	8.04 g	28.19 g	29.43 g	10.65 g	11.42 g	15.16 g	6.71 g	27.14 g	21.67 g	7.31 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	14.78 g	13.92 g	0.97 g	62.02 g	14.74 g	2.43 g	62.02 g	14.74 g	2.69 g	62.06 g	14.74 g	2.63 g	62.56 g	15.38 g	2.26 g	24.70 g	14.00 g	0.53 g	70.10 g	14.56 g	2.67 g	
	Ebéd	Tárkonyos csirkeraguleves [1,7,9], Paradicsomos tészta[1,7]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépafozelék [1,7]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Karfiolos csirkeragu[1,7], Petrezselymes burgonya [12]			Húsgombóclevés [1,9,(3,6,7,12)], Sertéssült, Tökfőzelék [1,7]			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Mustáros sertésragu[10,(12)], Párolt rizs, Almafőtt [15]			Legényfogó leves [1,7,12], Meggyes burgonyanudli[1]			Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]		
		Energia: 827.85 Kcal / 3,460.41 KJ			Energia: 460.22 Kcal / 1,923.72 KJ			Energia: 699.61 Kcal / 2,924.37 KJ			Energia: 633.05 Kcal / 2,646.15 KJ			Energia: 822.38 Kcal / 3,437.55 KJ			Energia: 446.27 Kcal / 1,865.41 KJ			Energia: 672.34 Kcal / 2,810.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		40.32 g	20.64 g	4.53 g	24.00 g	25.66 g	5.05 g	29.90 g	23.85 g	2.40 g	33.74 g	27.03 g	6.01 g	28.74 g	26.62 g	4.55 g	17.68 g	12.50 g	2.46 g	14.46 g	27.51 g	6.76 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	115.40 g	0.42 g	3.49 g	32.56 g	0.00 g	2.59 g	89.02 g	2.08 g	1.25 g	55.81 g	1.67 g	4.47 g	113.83 g	17.12 g	6.16 g	61.67 g	21.13 g	1.90 g	89.61 g	21.19 g	0.90 g	
Uzsonna	Almapüré			Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]			Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]			Túrós batyu csom.			Alma			Almapüré			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ			Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ			Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.80 g	1.40 g	0.38 g	3.23 g	10.64 g	2.77 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
25.25 g	25.25 g	0.01 g	12.60 g	2.70 g	0.02 g	28.90 g	13.60 g	0.13 g	37.30 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g		
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]			Cs.sonka, margarin, kefir[6], Kifli[1]			Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tavaszi felvágott, margarin, kefir (1,6,7), Kifli[1]			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]			
	Energia: 2,885.84 Kcal / 12,062.81 KJ			Energia: 468.69 Kcal / 1,959.12 KJ			Energia: 2,173.33 Kcal / 9,084.52 KJ			Energia: 458.39 Kcal / 1,916.07 KJ			Energia: 2,259.02 Kcal / 9,442.70 KJ			Energia: 366.60 Kcal / 1,532.39 KJ			Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	



(50001) G:
KV - B MENÜ

	127.91 g	39.45 g	13.78 g	19.94 g	15.79 g	5.74 g	114.04 g	157.25 g	58.85 g	18.80 g	20.37 g	6.82 g	116.34 g	159.74 g	59.91 g	14.75 g	19.50 g	7.30 g	17.40 g	9.20 g	5.11 g			
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
	500.68 g	35.56 g	21.73 g	60.66 g	0.00 g	1.20 g	71.22 g	8.10 g	20.13 g	48.24 g	0.10 g	2.96 g	83.36 g	8.10 g	18.63 g	30.91 g	0.00 g	1.70 g	27.95 g	0.00 g	0.75 g			
Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött[7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal						Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]			Tea[15], Tej[7], Kenőmájas szendvics[1, (6,7,10,13)]			Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Tk. zsemle[1, (13)]			Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]		
	Energia: 270.55 Kcal / 1,130.90 KJ						Energia: 592.80 Kcal / 2,477.90 KJ			Energia: 605.26 Kcal / 2,529.99 KJ			Energia: 519.88 Kcal / 2,173.10 KJ			Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 KJ			Energia: 286.09 Kcal / 1,195.86 KJ			Energia: 592.93 Kcal / 2,478.45 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	15.16 g	15.00 g	5.35 g	23.06 g	27.29 g	6.94 g	25.26 g	27.69 g	7.04 g	24.87 g	18.07 g	8.04 g	28.19 g	29.43 g	10.65 g	11.42 g	15.16 g	6.71 g	27.14 g	21.67 g	7.31 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
14.78 g	13.92 g	0.97 g	62.02 g	14.74 g	2.43 g	62.02 g	14.74 g	2.69 g	62.06 g	14.74 g	2.63 g	62.56 g	15.38 g	2.26 g	24.70 g	14.00 g	0.53 g	70.10 g	14.56 g	2.67 g				
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelék [1,7,15], Omlett [3,7]						Csontleves[1,9, (3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Barna rizses rakott brokkoli [7,(1)]			Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Fasírtgolyó, Kerti főzelék [1,7]			Legényfogyó leves [1,7,12], Meggyes burgonyanudli[1]			Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]		
	Energia: 588.50 Kcal / 2,459.93 KJ						Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ			Energia: 612.14 Kcal / 2,558.75 KJ			Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ			Energia: 632.88 Kcal / 2,645.44 KJ			Energia: 446.27 Kcal / 1,865.41 KJ			Energia: 672.34 Kcal / 2,810.38 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	34.39 g	22.05 g	4.82 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	41.96 g	33.39 g	10.20 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	18.53 g	36.71 g	3.75 g	17.68 g	12.50 g	2.46 g	14.46 g	27.51 g	6.76 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
61.20 g	0.00 g	3.19 g	86.10 g	0.83 g	4.50 g	60.75 g	2.08 g	3.24 g	102.55 g	0.00 g	17.49 g	50.58 g	0.96 g	7.71 g	61.67 g	21.13 g	1.90 g	89.61 g	21.19 g	0.90 g				
Uzsonna	Almapüré						Müzsli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]			Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]			Túrós batyu csom.			Alma			Alma			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]		
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ			Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ			Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.80 g	1.40 g	0.38 g	3.23 g	10.64 g	2.77 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
25.25 g	25.25 g	0.01 g	12.60 g	2.70 g	0.02 g	28.90 g	13.60 g	0.13 g	37.30 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g				
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]						Cs.sonka, margarin, kefir[6], Kifli[1]			Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Zala,lapasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10, (1,6,12)], Kifli[1]			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]		
	Energia: 2,885.84 Kcal / 12,062.81 KJ						Energia: 468.69 Kcal / 1,959.12 KJ			Energia: 2,173.33 Kcal / 9,084.52 KJ			Energia: 458.39 Kcal / 1,916.07 KJ			Energia: 2,228.16 Kcal / 9,313.71 KJ			Energia: 366.60 Kcal / 1,532.39 KJ			Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	127.91 g	39.45 g	13.78 g	19.94 g	15.79 g	5.74 g	114.04 g	157.25 g	58.85 g	18.80 g	20.37 g	6.82 g	116.19 g	158.90 g	57.91 g	14.75 g	19.50 g	7.30 g	17.40 g	9.20 g	5.11 g			



(50002) G:
KIMÉLŐ

Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
500.68 g	35.56 g	21.73 g	60.66 g	0.00 g	1.20 g	71.22 g	8.10 g	20.13 g	48.24 g	0.10 g	2.96 g	77.74 g	8.31 g	18.94 g	30.91 g	0.00 g	1.70 g	27.95 g	0.00 g	0.75 g			
Reggeli			Tea[15], Tej[7], Körözött[7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal			Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]			Tea[15], Tej[7], Kenőmájás szendvics[1, (6,7,10,13)]			Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Tk. zsemle[1, (13)]			Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]		
Energia: 270.55 Kcal / 1,130.90 KJ			Energia: 592.80 Kcal / 2,477.90 KJ			Energia: 605.26 Kcal / 2,529.99 KJ			Energia: 519.88 Kcal / 2,173.10 KJ			Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 KJ			Energia: 286.09 Kcal / 1,195.86 KJ			Energia: 592.93 Kcal / 2,478.45 KJ					
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
15.16 g	15.00 g	5.35 g	23.06 g	27.29 g	6.94 g	25.26 g	27.69 g	7.04 g	24.87 g	18.07 g	8.04 g	28.19 g	29.43 g	10.65 g	11.42 g	15.16 g	6.71 g	27.14 g	21.67 g	7.31 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
14.78 g	13.92 g	0.97 g	62.02 g	14.74 g	2.43 g	62.02 g	14.74 g	2.69 g	62.06 g	14.74 g	2.63 g	62.56 g	15.38 g	2.26 g	24.70 g	14.00 g	0.53 g	70.10 g	14.56 g	2.67 g			
Ebéd			Tárkonyos csirkeraguleves [1,7,9], Paradicsomos tészta[1,7]			Csontleves[1,9, (3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Mustáros sertésragu[10,(12)], Párolt rizs, Almafőtt [15]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]		
Energia: 827.85 Kcal / 3,460.41 KJ			Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ			Energia: 822.38 Kcal / 3,437.55 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 672.34 Kcal / 2,810.38 KJ					
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
40.32 g	20.64 g	4.53 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	28.74 g	26.62 g	4.55 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	14.46 g	27.51 g	6.76 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
115.40 g	0.42 g	3.49 g	86.10 g	0.83 g	4.50 g	73.20 g	2.08 g	1.29 g	102.55 g	0.00 g	17.49 g	113.83 g	17.12 g	6.16 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	89.61 g	21.19 g	0.90 g			
Uzsonna			Almapüré			Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]			Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]			Túrós batyu csom.			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]			Alma			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]		
Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ			Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ			Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ					
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.80 g	1.40 g	0.38 g	3.23 g	10.64 g	2.77 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
25.25 g	25.25 g	0.01 g	12.60 g	2.70 g	0.02 g	28.90 g	13.60 g	0.13 g	37.30 g	0.00 g	0.00 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g			
Vacsora			Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]			Cs.sonka, margarin, kefir[6], Kifli[1]			Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10, (1,6,12)], Kifli[1]			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]		
Energia: 2,885.84 Kcal / 12,062.81 KJ			Energia: 468.69 Kcal / 1,959.12 KJ			Energia: 2,173.33 Kcal / 9,084.52 KJ			Energia: 458.39 Kcal / 1,916.07 KJ			Energia: 2,228.16 Kcal / 9,313.71 KJ			Energia: 366.60 Kcal / 1,532.39 KJ			Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ					
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
127.91 g	39.45 g	13.78 g	19.94 g	15.79 g	5.74 g	114.04 g	157.25 g	58.85 g	18.80 g	20.37 g	6.82 g	116.19 g	158.90 g	57.91 g	14.75 g	19.50 g	7.30 g	17.40 g	9.20 g	5.11 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
500.68 g	35.56 g	21.73 g	60.66 g	0.00 g	1.20 g	500.68 g	35.56 g	21.73 g	48.24 g	0.10 g	2.96 g	500.68 g	35.56 g	21.73 g	30.91 g	0.00 g	1.70 g	27.95 g	0.00 g	0.75 g			



			71.22 g	8.10 g	20.13 g				77.74 g	8.31 g	18.94 g											
(50003) G: GYEREK KV	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött[7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal	Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]	Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]	Tea[15], Tej[7], Kenőmájás szendvics[1, (6,7,10,13)]	Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]	Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Tk. zsemle[1, (13)]	Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]	Energia: 270.55 Kcal / 1,130.90 KJ	Energia: 592.80 Kcal / 2,477.90 KJ	Energia: 605.26 Kcal / 2,529.99 KJ	Energia: 519.88 Kcal / 2,173.10 KJ	Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 KJ	Energia: 269.45 Kcal / 1,126.30 KJ	Energia: 592.93 Kcal / 2,478.45 KJ							
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		15.16 g	15.00 g	5.35 g	23.06 g	27.29 g	6.94 g	25.26 g	27.69 g	7.04 g	24.87 g	18.07 g	8.04 g	28.19 g	29.43 g	10.65 g	10.72 g	15.06 g	6.70 g	27.14 g	21.67 g	7.31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	14.78 g	13.92 g	0.97 g	62.02 g	14.74 g	2.43 g	62.02 g	14.74 g	2.69 g	62.06 g	14.74 g	2.63 g	62.56 g	15.38 g	2.26 g	21.50 g	13.96 g	0.46 g	70.10 g	14.56 g	2.67 g	
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelék [1,7,15], Omlett [3,7]	Csontleves[1,9, (3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Karfiolos csirkeragu[1,7], Petrezselymes burgonya [12]	Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs	Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Mustáros sertésragu[10,(12)], Párolt rizs, Almafőtt [15]	Legényfogó leves [1,7,12], Meggyes burgonyanudli[1]	Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]	Energia: 588.50 Kcal / 2,459.93 KJ	Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ	Energia: 699.61 Kcal / 2,924.37 KJ	Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ	Energia: 822.38 Kcal / 3,437.55 KJ	Energia: 446.27 Kcal / 1,865.41 KJ	Energia: 672.34 Kcal / 2,810.38 KJ							
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34.39 g	22.05 g	4.82 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	29.90 g	23.85 g	2.40 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	28.74 g	26.62 g	4.55 g	17.68 g	12.50 g	2.46 g	14.46 g	27.51 g	6.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	61.20 g	0.00 g	3.19 g	86.10 g	0.83 g	4.50 g	89.02 g	2.08 g	1.25 g	102.55 g	0.00 g	17.49 g	113.83 g	17.12 g	6.16 g	61.67 g	21.13 g	1.90 g	89.61 g	21.19 g	0.90 g	
	Uzsonna	Almapüré	Biosaurus	Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]	Túrós batyu csom.	Györi Édes Dörmi [1,3,7]	Alma	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 4,639.09 Kcal / 19,391.40 KJ	Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ	Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ	Energia: 156.67 Kcal / 654.88 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ							
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
0.38 g		0.38 g	0.00 g	3.23 g	10.64 g	2.77 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	2.96 g	6.22 g	2.94 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g				
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
25.25 g	25.25 g	0.01 g	188.00 g	345.00 g	0.00 g	28.90 g	13.60 g	0.13 g	37.30 g	0.00 g	0.00 g	22.02 g	12.44 g	0.03 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g		
			190.00 g	1.00 g	0.08 g																	
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]	Cs.sonka, margarin[6], Puding [7], Kifli[1]	Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10, (1,6,12)], Kifli[1]	Párizsi,marg.,tojás [3,6], Félbarna kenyér [1,(6)]	Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]															

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50003) G: GYEREK KV	Vacsora	Energia: 2,885.84 Kcal / 12,062.81 Kj			Energia: 477.07 Kcal / 1,994.15 Kj			Energia: 2,173.33 Kcal / 9,084.52 Kj			Energia: 458.39 Kcal / 1,916.07 Kj			Energia: 2,228.16 Kcal / 9,313.71 Kj			Energia: 346.86 Kcal / 1,449.87 Kj			Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		127.91 g	39.45 g	13.78 g	16.94 g	13.71 g	4.40 g	114.04 g	157.25 g	58.85 g	18.80 g	20.37 g	6.82 g	116.19 g	158.90 g	57.91 g	15.67 g	20.10 g	5.74 g	17.40 g	9.20 g	5.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50004) G: DIAB 180g	Reggeli	Fekete tea, Tej 2dl [7], Körözött[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)], Tk.stangli napraforgómaggal			Fekete tea, Tej 2dl [7], Párizsi,margarin,uborka[6], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Vadász + margarin(1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Cs.sonka, margarin[6], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Korpás zsemle [1,(13)]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]		
		Energia: 385.05 Kcal / 1,609.51 KJ			Energia: 536.54 Kcal / 2,242.74 KJ			Energia: 553.06 Kcal / 2,311.79 KJ			Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ			Energia: 631.68 Kcal / 2,640.42 KJ			Energia: 506.46 Kcal / 2,117.00 KJ			Energia: 568.28 Kcal / 2,375.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		20.33 g	15.77 g	5.79 g	24.17 g	19.10 g	6.49 g	26.22 g	21.04 g	7.58 g	25.07 g	13.79 g	4.94 g	32.64 g	25.77 g	12.97 g	20.91 g	16.50 g	7.20 g	26.59 g	21.67 g	7.68 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	36.89 g	0.32 g	1.26 g	65.44 g	0.64 g	2.09 g	63.37 g	0.64 g	2.62 g	64.27 g	0.64 g	2.32 g	65.87 g	1.44 g	2.44 g	67.25 g	0.64 g	1.24 g	65.37 g	0.64 g	2.40 g	
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelék [1,7,15], Omlett [3,7]			Csontleves[1,9,(3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Barna rizses rakott brokkoli [7,(1)]			Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Fasírtgolyó, Kerti főzelék [1,7]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Szamócás almapüréleves diab [7,15,(1,6,8,12)], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]		
		Energia: 588.50 Kcal / 2,459.93 KJ			Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ			Energia: 612.14 Kcal / 2,558.75 KJ			Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ			Energia: 632.88 Kcal / 2,645.44 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 670.24 Kcal / 2,801.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		34.39 g	22.05 g	4.82 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	41.96 g	33.39 g	10.20 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	18.53 g	36.71 g	3.75 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	17.89 g	28.99 g	7.79 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	61.20 g	0.00 g	3.19 g	86.10 g	0.83 g	4.50 g	60.75 g	2.08 g	3.24 g	102.55 g	0.00 g	17.49 g	50.58 g	0.96 g	7.71 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	82.58 g	2.08 g	0.89 g	
Uzsonna	Almapüré			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
25.25 g	25.25 g	0.01 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g		
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7,(3,6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Cs.sonka, margarin, kefir[6], Korpás zsemle[1,(13)]			Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10,(1,6,12)], Korpás zsemle[1,(13)]			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt[6,7], Korpás zsemle[1,(13)]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]			
	Energia: 578.28 Kcal / 2,417.21 KJ			Energia: 472.99 Kcal / 1,977.10 KJ			Energia: 2,210.63 Kcal / 9,240.43 KJ			Energia: 495.69 Kcal / 2,071.98 KJ			Energia: 2,232.46 Kcal / 9,331.68 KJ			Energia: 524.40 Kcal / 2,191.99 KJ			Energia: 425.00 Kcal / 1,776.50 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	31.25 g	24.05 g	11.92 g	22.66 g	15.27 g	5.88 g	115.98 g	157.19 g	58.69 g	20.74 g	20.31 g	6.66 g	118.91 g	158.38 g	58.05 g	21.44 g	20.24 g	7.29 g	24.09 g	9.94 g	5.10 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		



**(50005) G:
DIAB-
KÍMÉLŐ
180g**

57.86 g			1.44 g			3.09 g			61.16 g			0.64 g			2.32 g			78.90 g			8.74 g			19.75 g			55.92 g			0.74 g			2.58 g			78.24 g			8.95 g			20.06 g			61.59 g			0.64 g			2.07 g			58.63 g			0.64 g			1.12 g																																
Reggeli																														Fekete tea, Tej 2dl [7], Körözött[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]									Fekete tea, Tej 2dl [7], Párizsi,margarin,uborka[6], Korpás zsemle[1,(13)]									Fekete tea, Tej 2dl [7], Vadász + margarin(1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]									Fekete tea, Tej 2dl [7], Cs.sonka, margarin[6], Korpás zsemle[1,(13)]									Fekete tea, Tej 2dl [7], Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Korpás zsemle[1,(13)]									Fekete tea, Tej 2dl [7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Korpás zsemle [1,(13)]									Fekete tea, Tej 2dl [7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]								
																														Energia: 524.20 Kcal / 2,191.16 KJ									Energia: 536.54 Kcal / 2,242.74 KJ									Energia: 553.06 Kcal / 2,311.79 KJ									Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ									Energia: 631.68 Kcal / 2,640.42 KJ									Energia: 506.46 Kcal / 2,117.00 KJ									Energia: 568.28 Kcal / 2,375.41 KJ								
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv											
																														26.05 g			16.54 g			5.86 g			24.17 g			19.10 g			6.49 g			26.22 g			21.04 g			7.58 g			25.07 g			13.79 g			4.94 g			32.64 g			25.77 g			12.97 g			20.91 g			16.50 g			7.20 g			26.59 g			21.67 g			7.68 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
63.73 g			0.64 g			1.82 g			65.44 g			0.64 g			2.09 g			63.37 g			0.64 g			2.62 g			64.27 g			0.64 g			2.32 g			65.87 g			1.44 g			2.44 g			67.25 g			0.64 g			1.24 g			65.37 g			0.64 g			2.40 g																																
Ebéd																														Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelékpüre [1,7,15], Omlett [3,7]									Csontleves[1,9,(3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]									Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]									Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs									Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]									Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]									Szamócás almapüréleves diab [7,15,(1,6,8,12)], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüre [7,12], Ecetes cékla [15]								
																														Energia: 570.73 Kcal / 2,385.65 KJ									Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ									Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ									Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ									Energia: 572.78 Kcal / 2,394.22 KJ									Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ									Energia: 670.24 Kcal / 2,801.60 KJ								
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv											
																														32.99 g			21.97 g			4.82 g			30.96 g			29.35 g			6.80 g			36.36 g			19.22 g			2.30 g			33.63 g			21.38 g			2.80 g			23.88 g			27.14 g			4.23 g			33.70 g			24.21 g			4.22 g			17.89 g			28.99 g			7.79 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
58.40 g			0.00 g			3.19 g			86.10 g			0.83 g			4.50 g			73.20 g			2.08 g			1.29 g			102.55 g			0.00 g			17.49 g			72.92 g			1.79 g			9.44 g			89.50 g			0.00 g			4.99 g			82.58 g			2.08 g			0.89 g																																
Uzsonna																														Alma									Alma									Alma									Alma									Alma									Alma																	
																														Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ																	
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv											
																														0.60 g			0.60 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 g			0.60 g			0.60 g			0.00 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			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g																																									
Vacsora																														Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7,(3,6)], Korpás zsemle[1,(13)]									Cs.sonka, margarin, kefir[6], Korpás zsemle[1,(13)]									Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]									Zala,lapkasajt,marg, paprika[7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]									Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10,(1,6,12)], Korpás zsemle[1,(13)]									Párizsi,marg.,nat.joghurt[6,7], Korpás zsemle[1,(13)]									Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]								
																														Energia: 578.28 Kcal / 2,417.21 KJ									Energia: 472.99 Kcal / 1,977.10 KJ									Energia: 2,210.63 Kcal / 9,240.43 KJ									Energia: 495.69 Kcal / 2,071.98 KJ									Energia: 2,232.46 Kcal / 9,331.68 KJ									Energia: 524.40 Kcal / 2,191.99 KJ									Energia: 425.00 Kcal / 1,776.50 KJ								
																														Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv											
																														31.25 g			24.05 g			11.92 g			22.66 g			15.27 g			5.88 g			115.98 g			157.19 g			58.69 g			20.74 g			20.31 g			6.66 g			118.91 g			158.38 g			58.05 g			21.44 g			20.24 g			7.29 g			24.09 g			9.94 g			5.10 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																																									
57.86 g			1.44 g			3.09 g			61.16 g			0.64 g			2.32 g			57.86 g			1.44 g			3.09 g			61.16 g			0.64 g			2.32 g			55.92 g			0.74 g			2.58 g			57.86 g			1.44 g			3.09 g			61.59 g			0.64 g			2.07 g			58.63 g			0.64 g			1.12 g																							



			78.90 g	8.74 g	19.75 g				78.24 g	8.95 g	20.06 g						
(50006) G: EPÉS	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Cs.sonka, margarin [6], Zsemle[1]	Tea[15], Tej[7], Párizsi,margarin,uborka[6], Zsemle[1]	Tea[15], Tej[7], Párizsi, margarin [6], Zsemle[1]	Tea[15], Tej[7], Cs.sonka, margarin [6], Zsemle[1]	Tea[15], Tej[7], Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Zsemle[1]	Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Zsemle[1]	Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Zsemle [1]									
		Energia: 525.44 Kcal / 2,196.34 KJ	Energia: 433.19 Kcal / 1,810.73 KJ	Energia: 426.14 Kcal / 1,781.27 KJ	Energia: 375.14 Kcal / 1,568.09 KJ	Energia: 528.33 Kcal / 2,208.42 KJ	Energia: 553.41 Kcal / 2,313.25 KJ	Energia: 615.23 Kcal / 2,571.66 KJ									
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		24.10 g 12.99 g 4.43 g	18.24 g 17.93 g 5.98 g	17.64 g 17.87 g 5.98 g	19.14 g 12.62 g 4.43 g	26.71 g 24.60 g 12.46 g	19.94 g 15.70 g 6.69 g	25.62 g 20.87 g 7.17 g									
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	76.88 g 17.60 g 3.17 g	47.27 g 15.76 g 2.09 g	46.25 g 15.76 g 2.07 g	46.10 g 15.76 g 2.32 g	47.70 g 16.56 g 2.44 g	79.86 g 17.60 g 2.09 g	77.98 g 17.60 g 3.25 g										
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]	Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépa főzelék [1,7]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Tökfőzelék [1,7]	Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]	Sárgarépa pürelve s TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüre [7,12]									
		Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ	Energia: 460.22 Kcal / 1,923.72 KJ	Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ	Energia: 560.84 Kcal / 2,344.31 KJ	Energia: 572.78 Kcal / 2,394.22 KJ	Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ	Energia: 646.08 Kcal / 2,700.61 KJ									
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		33.54 g 20.49 g 3.69 g	24.00 g 25.66 g 5.05 g	36.36 g 19.22 g 2.30 g	27.20 g 24.48 g 4.84 g	23.88 g 27.14 g 4.23 g	33.70 g 24.21 g 4.22 g	37.34 g 21.58 g 5.82 g									
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	89.75 g 0.00 g 3.33 g	32.56 g 0.00 g 2.59 g	73.20 g 2.08 g 1.29 g	50.05 g 1.67 g 0.68 g	72.92 g 1.79 g 9.44 g	89.50 g 0.00 g 4.99 g	73.87 g 2.00 g 3.44 g										
Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]	Zabkészs [1, (3,5,6,7)]	Túrós batyu csom.	Alma	Alma	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]										
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ	Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ	Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ										
	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
	0.60 g 0.60 g 0.00 g	1.80 g 1.40 g 0.38 g	3.23 g 10.64 g 2.77 g	9.90 g 8.30 g 0.00 g	0.60 g 0.60 g 0.00 g	0.60 g 0.60 g 0.00 g	1.30 g 3.90 g 1.90 g										
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
10.50 g 8.93 g 0.02 g	12.60 g 2.70 g 0.02 g	28.90 g 13.60 g 0.13 g	37.30 g 0.00 g 0.00 g	10.50 g 8.93 g 0.02 g	10.50 g 8.93 g 0.02 g	14.60 g 8.60 g 0.00 g											
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]	Cs.sonka, margarin, kefir[6], Kifli[1]	P.sonka, margarin, kockasajt[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]	Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]	P.sonka, margarin, kefir(1,6,7), Kifli[1]	Párizsi,marg.,nat.joghurt[6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]	Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]										
	Energia: 2,885.84 Kcal / 12,062.81 KJ	Energia: 468.69 Kcal / 1,959.12 KJ	Energia: 393.76 Kcal / 1,645.92 KJ	Energia: 458.39 Kcal / 1,916.07 KJ	Energia: 479.45 Kcal / 2,004.10 KJ	Energia: 366.60 Kcal / 1,532.39 KJ	Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ										
	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
	127.91 g 39.45 g 13.78 g	19.94 g 15.79 g 5.74 g	19.14 g 12.45 g 4.24 g	18.80 g 20.37 g 6.82 g	21.44 g 14.94 g 5.30 g	14.75 g 19.50 g 7.30 g	17.40 g 9.20 g 5.11 g										
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
500.68 g 35.56 g 21.73 g	60.66 g 0.00 g 1.20 g	49.62 g 0.00 g 1.60 g	48.24 g 0.10 g 2.96 g	61.76 g 0.00 g 0.10 g	30.91 g 0.00 g 1.70 g	27.95 g 0.00 g 0.75 g											



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50007) G: DIAB-EPE 180g	Reggeli	Fekete tea, Tej 2dl [7], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Párizsi, margarin, uborka[6], Zsemle[1]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Párizsi, margarin[6], Zsemle[1]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Trapp. sajt, margarin, paprika[7,(1)], Zsemle[1]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Zsemle[1]			Fekete tea, Tej 2dl [7], Zala, margarin, paprika(6), Zsemle [1]		
		Energia: 500.79 Kcal / 2,093.30 KJ			Energia: 408.54 Kcal / 1,707.70 KJ			Energia: 401.49 Kcal / 1,678.23 KJ			Energia: 350.49 Kcal / 1,465.05 KJ			Energia: 503.68 Kcal / 2,105.38 KJ			Energia: 528.76 Kcal / 2,210.22 KJ			Energia: 590.58 Kcal / 2,468.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.55 g	12.99 g	4.80 g	17.69 g	17.93 g	6.35 g	17.09 g	17.87 g	6.35 g	18.59 g	12.62 g	4.80 g	26.16 g	24.60 g	12.83 g	19.39 g	15.70 g	7.06 g	25.07 g	20.87 g	7.54 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	72.15 g 3.68 g 2.90 g			42.54 g 1.84 g 1.82 g			41.52 g 1.84 g 1.80 g			41.37 g 1.84 g 2.05 g			42.97 g 2.64 g 2.17 g			75.13 g 3.68 g 1.82 g			73.25 g 3.68 g 2.98 g			
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépa főzelék [1,7]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Tökfőzelék [1,7]			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépa püree s TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüree [7,12]		
		Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ			Energia: 460.22 Kcal / 1,923.72 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 560.84 Kcal / 2,344.31 KJ			Energia: 572.78 Kcal / 2,394.22 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 646.08 Kcal / 2,700.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		33.54 g	20.49 g	3.69 g	24.00 g	25.66 g	5.05 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	27.20 g	24.48 g	4.84 g	23.88 g	27.14 g	4.23 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	37.34 g	21.58 g	5.82 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	89.75 g 0.00 g 3.33 g			32.56 g 0.00 g 2.59 g			73.20 g 2.08 g 1.29 g			50.05 g 1.67 g 0.68 g			72.92 g 1.79 g 9.44 g			89.50 g 0.00 g 4.99 g			73.87 g 2.00 g 3.44 g			
Uzsonna	Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g				
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Zsemle[1]			Cs.sonka, margarin, kefir[6], Zsemle[1]			P.sonka, margarin, kockasajt[7,(1,6)], Zsemle[1]			Zala, lapkasajt, marg. ,paprika[7,(1,6)], Zsemle[1]			P.sonka, margarin, kefir(1,6,7), Zsemle [1]			Párizsi, marg., nat. joghurt[6,7], Zsemle [1]			Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Zsemle[1]			
	Energia: 450.28 Kcal / 1,882.17 KJ			Energia: 495.29 Kcal / 2,070.31 KJ			Energia: 453.36 Kcal / 1,895.04 KJ			Energia: 517.99 Kcal / 2,165.20 KJ			Energia: 506.05 Kcal / 2,115.29 KJ			Energia: 396.40 Kcal / 1,656.95 KJ			Energia: 297.00 Kcal / 1,241.46 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	24.77 g	22.88 g	11.78 g	21.14 g	14.47 g	5.74 g	19.56 g	11.59 g	3.94 g	19.22 g	19.51 g	6.52 g	22.64 g	13.62 g	5.30 g	14.96 g	19.07 g	7.15 g	17.61 g	8.77 g	4.96 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
34.96 g 2.64 g 2.82 g			69.04 g 3.68 g 2.90 g			65.18 g 3.68 g 1.80 g			63.80 g 3.78 g 3.16 g			70.14 g 3.68 g 1.80 g			38.69 g 1.84 g 1.80 g			35.73 g 1.84 g 0.85 g				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50008) G: ROBORÁLÓ	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött, 0%-os gyümölcsjoghurt[7, (1)], Tk.stangli napraforgómaggal			Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)], Puding[7]			Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)], Almapüré			Tea[15], Tej[7], Kenőmájas szendvics[1, (6,7,10,13)], Natúr joghurt[7]			Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics, minijam[1,7,(13)]			Tea[15], Tej[7], Kockasajt,margarin ,cs.sonka[6,7], Tk. zsemle[1,(13)]			Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, minijam, zöldség (6), Korpás zsemle [1,(13)]		
		Energia: 305.24 Kcal / 1,275.90 KJ			Energia: 686.58 Kcal / 2,869.90 KJ			Energia: 715.35 Kcal / 2,990.16 KJ			Energia: 605.69 Kcal / 2,531.78 KJ			Energia: 579.12 Kcal / 2,420.72 KJ			Energia: 297.88 Kcal / 1,245.14 KJ			Energia: 633.42 Kcal / 2,647.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.46 g	15.10 g	5.45 g	24.26 g	29.69 g	8.54 g	25.64 g	28.07 g	7.04 g	29.35 g	22.27 g	10.84 g	27.32 g	24.02 g	10.16 g	17.30 g	14.96 g	6.03 g	26.50 g	21.49 g	7.31 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	19.78 g	21.60 g	1.07 g	78.42 g	27.74 g	2.50 g	87.27 g	39.99 g	2.70 g	68.78 g	14.74 g	2.63 g	61.93 g	14.74 g	1.29 g	24.22 g	14.00 g	1.63 g	80.86 g	14.56 g	2.67 g	
	Ebéd	Tárkonyos csirkeraguleves [1,7,9], Paradicsomos tészta[1,7], Omlett [3,7]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sült virsli, Sertéssült, Sárgarépafozelék [1,7]			Reszeltészta leves[1,3,9,(7)], Karfiolos csirkeragu[1,7], Zöldsévgaldalt [1,3,6,7,12], Petrezselymes burgonya [12]			Húsgombóclevés [1,9,(3,6,7,12)], Sertéssült, Sonkafelújít[1,3], Tökfőzelék [1,7]			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Mustáros sertésragu[10,(12)], Fasírtgolyó, Párolt rizs, Almafőtt[15]			Legényfogó leves [1,7,12], Meggyes burgonyanudli[1]			Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott csirkemell [1], Sült csirkemell, Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]		
		Energia: 983.34 Kcal / 4,110.36 KJ			Energia: 898.49 Kcal / 3,755.69 KJ			Energia: 923.69 Kcal / 3,861.02 KJ			Energia: 832.05 Kcal / 3,477.97 KJ			Energia: 1,085.16 Kcal / 4,535.97 KJ			Energia: 446.27 Kcal / 1,865.41 KJ			Energia: 830.55 Kcal / 3,471.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		52.32 g	32.09 g	7.93 g	44.00 g	59.52 g	17.52 g	35.53 g	34.46 g	4.55 g	47.66 g	34.75 g	7.09 g	36.44 g	49.90 g	5.61 g	17.68 g	12.50 g	2.46 g	39.67 g	32.50 g	7.45 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	115.78 g	0.42 g	3.59 g	32.88 g	0.00 g	2.59 g	111.67 g	3.23 g	1.57 g	73.70 g	2.13 g	9.10 g	113.97 g	17.12 g	7.95 g	61.67 g	21.13 g	1.90 g	92.53 g	21.19 g	1.10 g	
Uzsonna	Almapüré			Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]			Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]			Túrós batyu csom.			Alma			Alma			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ			Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ			Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.80 g	1.40 g	0.38 g	3.23 g	10.64 g	2.77 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
25.25 g	25.25 g	0.01 g	12.60 g	2.70 g	0.02 g	28.90 g	13.60 g	0.13 g	37.30 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g		
Vacsora	Pástétom,margarin, trapp. sajt,zöldség [1,7,(3,6)], Félbarna kenyér[1, (6,13)]			Cs.sonka, margarin (2 db), kefir[6], Kifli[1]			Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt (2db)[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Zala,lapkasajt,marg .,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tavaszi felvágott, margarin (2db), kefir(1,6,7), Kifli[1]			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt, főtt tojás [3,6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Sajtkrém,margari.p. sonka(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]			
	Energia: 2,950.63 Kcal / 12,333.63 KJ			Energia: 533.48 Kcal / 2,229.95 KJ			Energia: 2,206.04 Kcal / 9,221.25 KJ			Energia: 523.18 Kcal / 2,186.89 KJ			Energia: 2,323.81 Kcal / 9,713.53 KJ			Energia: 432.67 Kcal / 1,808.56 KJ			Energia: 331.99 Kcal / 1,387.72 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	



(50009) G:
ULCUS

	127.93 g	46.45 g	15.68 g	19.96 g	22.79 g	7.64 g	115.16 g	159.70 g	60.43 g	18.82 g	27.37 g	8.72 g	116.36 g	166.74 g	61.81 g	20.15 g	24.30 g	8.54 g	17.42 g	16.20 g	7.01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	500.72 g	35.56 g	21.83 g	60.70 g	0.00 g	1.30 g	72.70 g	8.10 g	20.13 g	48.28 g	0.10 g	3.06 g	83.40 g	8.10 g	18.73 g	31.15 g	0.00 g	1.80 g	27.99 g	0.00 g	0.85 g
Reggeli	Tea[15], Tej[7], Cs.sonka, margarin, 0%-os gyümölcsjoghurt [6,7,(1)], Zsemle[1]			Tea[15], Tej[7], Párizsi,margarin,uborka[6], Zsemle[1], Puding[7]			Tea[15], Tej[7], Párizsi, margarin [6], Zsemle[1]			Tea[15], Tej[7], Cs.sonka, margarin [6], Natúr joghurt [7], Zsemle[1]			Tea[15], Tej[7], Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Zsemle[1]			Tea[15], Tej[7], Kockasajt,margarin ,cs.sonka[6,7], Zsemle[1]			Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, minijam, zöldség (6), Zsemle[1]		
	Energia: 560.13 Kcal / 2,341.34 KJ			Energia: 526.97 Kcal / 2,202.73 KJ			Energia: 426.14 Kcal / 1,781.27 KJ			Energia: 460.95 Kcal / 1,926.77 KJ			Energia: 528.33 Kcal / 2,208.42 KJ			Energia: 565.20 Kcal / 2,362.54 KJ			Energia: 655.72 Kcal / 2,740.91 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	27.40 g	13.09 g	4.53 g	19.44 g	20.33 g	7.58 g	17.64 g	17.87 g	5.98 g	23.62 g	16.82 g	7.23 g	26.71 g	24.60 g	12.46 g	25.82 g	15.50 g	6.01 g	24.98 g	20.69 g	7.17 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	81.88 g	25.28 g	3.27 g	63.67 g	28.76 g	2.16 g	46.25 g	15.76 g	2.07 g	52.82 g	15.76 g	2.32 g	47.70 g	16.56 g	2.44 g	79.38 g	17.60 g	3.19 g	88.74 g	17.60 g	3.25 g
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépafozélék [1,7]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépaüreleves s TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüre [7,12]		
	Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ			Energia: 460.22 Kcal / 1,923.72 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 642.63 Kcal / 2,686.19 KJ			Energia: 572.78 Kcal / 2,394.22 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 646.08 Kcal / 2,700.61 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	33.54 g	20.49 g	3.69 g	24.00 g	25.66 g	5.05 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	27.19 g	22.98 g	4.19 g	23.88 g	27.14 g	4.23 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	37.34 g	21.58 g	5.82 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	89.75 g	0.00 g	3.33 g	32.56 g	0.00 g	2.59 g	73.20 g	2.08 g	1.29 g	79.30 g	0.00 g	15.33 g	72.92 g	1.79 g	9.44 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	73.87 g	2.00 g	3.44 g
Uzsonna	Almapüré			Almapüré			Almapüré			Túrós batyu csom.			Almapüré			Almapüré			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]		
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	37.30 g	0.00 g	0.00 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g
Vacsora	Pástétom,margarin, trapp. sajt,zöldség [1,7,(3,6)], Félbarna kenyér[1, (6,13)]			Cs.sonka, margarin, kefir[6], Félbarna kenyér [1, (6)]			P.sonka, margarin, kockasajt[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Zala,lapkasajt,marg.,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			P.sonka, margarin (2 db), kefir(1,6,7), Kifli[1]			Párizsi,marg.,nat.joghurt, főtt tojás [3,6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Sajtkrém,margari.p. sonka(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]		
	Energia: 2,950.63 Kcal / 12,333.63 KJ			Energia: 435.69 Kcal / 1,821.18 KJ			Energia: 393.76 Kcal / 1,645.92 KJ			Energia: 523.18 Kcal / 2,186.89 KJ			Energia: 544.24 Kcal / 2,274.92 KJ			Energia: 432.67 Kcal / 1,808.56 KJ			Energia: 331.99 Kcal / 1,387.72 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv



(50010) G:
ANYASZÁLL
Ó

127.93 g			46.45 g			15.68 g			20.72 g			15.33 g			6.04 g			19.14 g			12.45 g			4.24 g			18.82 g			27.37 g			8.72 g			21.46 g			21.94 g			7.20 g			20.15 g			24.30 g			8.54 g			17.42 g			16.20 g			7.01 g			
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			
500.72 g			35.56 g			21.83 g			53.48 g			0.00 g			2.70 g			49.62 g			0.00 g			1.60 g			48.28 g			0.10 g			3.06 g			61.80 g			0.00 g			0.20 g			31.15 g			0.00 g			1.80 g			27.99 g			0.00 g			0.85 g			
Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött[7,(1)], Tk.stangli napraforgómaggal									Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]									Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]									Tea[15], Tej[7], Kenőmájás szendvics[1, (6,7,10,13)]									Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]									Tej[7], Tea[15], Kockasajt2, margarin, uborka [7], Tk. zsemle[1, (13)]									Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, paprika(6), Korpás zsemle[1,(13)]								
	Energia: 270.55 Kcal / 1,130.90 KJ									Energia: 592.80 Kcal / 2,477.90 KJ									Energia: 605.26 Kcal / 2,529.99 KJ									Energia: 519.88 Kcal / 2,173.10 KJ									Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 KJ									Energia: 269.45 Kcal / 1,126.30 KJ									Energia: 453.78 Kcal / 1,896.80 KJ								
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																		
	15.16 g	15.00 g	5.35 g	23.06 g	27.29 g	6.94 g	25.26 g	27.69 g	7.04 g	24.87 g	18.07 g	8.04 g	28.19 g	29.43 g	10.65 g	10.72 g	15.06 g	6.70 g	21.42 g	20.90 g	7.24 g	14.78 g	13.92 g	0.97 g	62.02 g	14.74 g	2.43 g	62.02 g	14.74 g	2.69 g	62.06 g	14.74 g	2.63 g	62.56 g	15.38 g	2.26 g	21.50 g	13.96 g	0.46 g	43.26 g	14.24 g	2.11 g																					
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só												
14.78 g			13.92 g			0.97 g			62.02 g			14.74 g			2.43 g			62.02 g			14.74 g			2.69 g			62.06 g			14.74 g			2.63 g			62.56 g			15.38 g			2.26 g			21.50 g			13.96 g			0.46 g			43.26 g			14.24 g			2.11 g			
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelék [1,7,15], Omlett [3,7]									Csontleves[1,9, (3,7)], Csikós tokány[1,7], Főtt tészta[1]									Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Karfiolos csirkeragu[1,7], Petrezselymes burgonya [12]									Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs									Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Fasírtgolyó, Kerti főzelék [1,7]									Legényfogó leves [1,7,12], Meggyes burgonyanudli[1]									Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]								
	Energia: 588.50 Kcal / 2,459.93 KJ									Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ									Energia: 699.61 Kcal / 2,924.37 KJ									Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 KJ									Energia: 632.88 Kcal / 2,645.44 KJ									Energia: 446.27 Kcal / 1,865.41 KJ									Energia: 672.34 Kcal / 2,810.38 KJ								
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																		
	34.39 g	22.05 g	4.82 g	30.96 g	29.35 g	6.80 g	29.90 g	23.85 g	2.40 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	18.53 g	36.71 g	3.75 g	17.68 g	12.50 g	2.46 g	14.46 g	27.51 g	6.76 g	61.20 g	0.00 g	3.19 g	86.10 g	0.83 g	4.50 g	89.02 g	2.08 g	1.25 g	102.55 g	0.00 g	17.49 g	50.58 g	0.96 g	7.71 g	61.67 g	21.13 g	1.90 g	89.61 g	21.19 g	0.90 g																					
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só												
61.20 g			0.00 g			3.19 g			86.10 g			0.83 g			4.50 g			89.02 g			2.08 g			1.25 g			102.55 g			0.00 g			17.49 g			50.58 g			0.96 g			7.71 g			61.67 g			21.13 g			1.90 g			89.61 g			21.19 g			0.90 g			
Uzsonna	Almapüré									Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]									Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]									Túrós batyu csom.									Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]									Alma									Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]								
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ									Energia: 70.54 Kcal / 294.86 KJ									Energia: 230.10 Kcal / 961.82 KJ									Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ									Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ									Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ									Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ								
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																		
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.80 g	1.40 g	0.38 g	3.23 g	10.64 g	2.77 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g																					
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só												
25.25 g			25.25 g			0.01 g			12.60 g			2.70 g			0.02 g			28.90 g			13.60 g			0.13 g			37.30 g			0.00 g			0.00 g			14.60 g			8.60 g			0.00 g			10.50 g			8.93 g			0.02 g			14.60 g			8.60 g			0.00 g			
Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]									Cs.sonka, margarin, kefir[6], Kifli[1]									Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]									Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]									Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10, (1,6,12)], Kifli[1]									Párizsi,marg.,nat.joghurt[6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]									Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]								
	Energia: 2,885.84 Kcal / 12,062.81 KJ									Energia: 468.69 Kcal / 1,959.12 KJ									Energia: 2,052.83 Kcal / 8,580.83 KJ									Energia: 337.89 Kcal / 1,412.38 KJ									Energia: 2,091.16 Kcal / 8,741.05 KJ									Energia: 366.60 Kcal / 1,532.39 KJ									Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ								
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																		
	127.91 g	39.45 g	13.78 g	19.94 g	15.79 g	5.74 g	109.29 g	156.45 g	58.70 g	14.05 g	19.57 g	6.67 g	111.83 g	157.87 g	57.91 g	14.75 g	19.50 g	7.30 g	17.40 g	9.20 g	5.11 g	127.91 g	39.45 g	13.78 g	19.94 g	15.79 g	5.74 g	109.29 g	156.45 g	58.70 g	14.05 g	19.57 g	6.67 g	111.83 g	157.87 g	57.91 g	14.75 g	19.50 g	7.30 g	17.40 g	9.20 g	5.11 g																					
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só												



500.68 g	35.56 g	21.73 g	60.66 g	0.00 g	1.20 g	Szénhidrát	Cukor	Só	25.24 g	0.10 g	2.21 g	Szénhidrát	Cukor	Só	30.91 g	0.00 g	1.70 g	27.95 g	0.00 g	0.75 g
						48.22 g	8.10 g	19.38 g				51.15 g	8.31 g	18.94 g						

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

dietetikus

Gazdaságvezető



Heti étlap 2026.07.06. - 2026.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap				
(50011) G: SYNCUMAR	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött, 0%-os gyümölcsjoghurt[7, (1)], Tk.stangli napraforgómaggal			Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)], Almapüré			Tea[15], Tej[7], Cs.sonka, margarin [6], Natúr joghurt [7], Korpás zsemle [1,(13)]			Tea[15], Tej[7], Sajtos szendvics [1,3,7,10,(13)]			Tea[15], Tej[7], Kockasajt,margarin ,cs.sonka[6,7], Tk. zsemle[1,(13)]			Tea[15], Tej[7], Zala, margarin, minijam, zöldség (6), Korpás zsemle [1,(13)]				
		Energia: 305.24 Kcal / 1,275.90 Kj			Energia: 592.80 Kcal / 2,477.90 Kj			Energia: 715.35 Kcal / 2,990.16 Kj			Energia: 449.80 Kcal / 1,880.16 Kj			Energia: 634.94 Kcal / 2,654.05 Kj			Energia: 297.88 Kcal / 1,245.14 Kj			Energia: 633.42 Kcal / 2,647.70 Kj				
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv		
		18.46 g	15.10 g	5.45 g	23.06 g	27.29 g	6.94 g	25.64 g	28.07 g	7.04 g	24.38 g	17.22 g	7.30 g	28.19 g	29.43 g	10.65 g	17.30 g	14.96 g	6.03 g	26.50 g	21.49 g	7.31 g		
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	19.78 g	21.60 g	1.07 g	62.02 g	14.74 g	2.43 g	87.27 g	39.99 g	2.70 g	48.88 g	14.24 g	2.03 g	62.56 g	15.38 g	2.26 g	24.22 g	14.00 g	1.63 g	80.86 g	14.56 g	2.67 g			
	Ebéd	Tárkonyos csirkeraguleves [1,7,9], Paradicsomos tészta[1,7]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépafozelék [1,7]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Karfiolos csirkeragu[1,7], Petrezselymes burgonya [12]			Fokhagyma krémleves[1,7], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Mustáros sertésragu[10,(12)], Párolt rizs, Almafőtt [15]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Szamócás almapüréleves[1,7], Rántott csirkemell [1], Burgonyapüré [7,12], Ecetes cékla [15]				
		Energia: 827.85 Kcal / 3,460.41 Kj			Energia: 460.22 Kcal / 1,923.72 Kj			Energia: 699.61 Kcal / 2,924.37 Kj			Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 Kj			Energia: 822.38 Kcal / 3,437.55 Kj			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 Kj			Energia: 672.34 Kcal / 2,810.38 Kj				
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv		
		40.32 g	20.64 g	4.53 g	24.00 g	25.66 g	5.05 g	29.90 g	23.85 g	2.40 g	33.63 g	21.38 g	2.80 g	28.74 g	26.62 g	4.55 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	14.46 g	27.51 g	6.76 g		
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	115.40 g	0.42 g	3.49 g	32.56 g	0.00 g	2.59 g	89.02 g	2.08 g	1.25 g	102.55 g	0.00 g	17.49 g	113.83 g	17.12 g	6.16 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	89.61 g	21.19 g	0.90 g			
Uzsonna	Almapüré			Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]			Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]			Túrós batyu csom.			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]			Alma			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]					
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 70.54 Kcal / 294.86 Kj			Energia: 230.10 Kcal / 961.82 Kj			Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 Kj			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 Kj			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 Kj			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 Kj					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.80 g	1.40 g	0.38 g	3.23 g	10.64 g	2.77 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
25.25 g	25.25 g	0.01 g	12.60 g	2.70 g	0.02 g	28.90 g	13.60 g	0.13 g	37.30 g	0.00 g	0.00 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	14.60 g	8.60 g	0.00 g				
Vacsora	P.sonka, margarin, sajt, zöldség[7, (1,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]			Cs.sonka, margarin (2 db), kefir[6], Kifli[1]			Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt (2db)[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tavaszi felvágott, margarin (2db), kefir(1,6,7), Kifli[1]			Párizsi,marg.,nat.jo ghurt, főtt tojás [3,6,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Sajtkrém,margari,p. sonka(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]					
	Energia: 2,898.90 Kcal / 12,117.40 Kj			Energia: 533.48 Kcal / 2,229.95 Kj			Energia: 2,206.04 Kcal / 9,221.25 Kj			Energia: 523.18 Kcal / 2,186.89 Kj			Energia: 2,323.81 Kcal / 9,713.53 Kj			Energia: 432.67 Kcal / 1,808.56 Kj			Energia: 331.99 Kcal / 1,387.72 Kj					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			



(50012) G:
TEJMENTES

	131.07 g	39.45 g	13.29 g	19.96 g	22.79 g	7.64 g	115.16 g	159.70 g	60.43 g	18.82 g	27.37 g	8.72 g	116.36 g	166.74 g	61.81 g	20.15 g	24.30 g	8.54 g	17.42 g	16.20 g	7.01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	500.46 g	35.56 g	21.09 g	60.70 g	0.00 g	1.30 g	72.70 g	8.10 g	20.13 g	48.28 g	0.10 g	3.06 g	83.40 g	8.10 g	18.73 g	31.15 g	0.00 g	1.80 g	27.99 g	0.00 g	0.85 g
Reggeli	Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			Tea[15], ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]			Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcsle[15], Korpás zsemle[1, (13)]			Fekete tea, Cs.sonka, margarin, zöldség, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], Zala, margarin, paprika, gyümölcsle[15,(6)], Korpás zsemle[1, (13)]		
	Energia: 459.53 Kcal / 1,920.84 KJ			Energia: 549.19 Kcal / 2,295.61 KJ			Energia: 561.65 Kcal / 2,347.70 KJ			Energia: 459.53 Kcal / 1,920.84 KJ			Energia: 328.13 Kcal / 1,371.58 KJ			Energia: 448.99 Kcal / 1,876.78 KJ			Energia: 549.32 Kcal / 2,296.16 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	18.82 g	10.79 g	2.94 g	16.26 g	24.29 g	5.31 g	18.46 g	24.69 g	5.41 g	18.82 g	10.79 g	2.94 g	6.18 g	7.77 g	1.97 g	19.07 g	10.85 g	2.94 g	20.34 g	18.67 g	5.68 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
71.20 g	16.26 g	2.32 g	64.22 g	16.44 g	2.16 g	64.22 g	16.44 g	2.42 g	71.20 g	16.26 g	2.32 g	55.92 g	15.94 g	0.66 g	68.69 g	12.94 g	2.34 g	72.30 g	16.26 g	2.40 g	
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépa főzelék TM[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépa pürelve s TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüré TM [12], Ecetes cékla [15]		
	Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ			Energia: 433.22 Kcal / 1,810.86 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 696.97 Kcal / 2,913.33 KJ			Energia: 541.58 Kcal / 2,263.80 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 559.79 Kcal / 2,339.92 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	33.54 g	20.49 g	3.69 g	22.02 g	24.76 g	4.45 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	33.00 g	18.51 g	2.30 g	22.94 g	26.51 g	3.94 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	35.03 g	12.98 g	2.79 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
89.75 g	0.00 g	3.33 g	29.74 g	0.00 g	2.59 g	73.20 g	2.08 g	1.29 g	97.01 g	0.00 g	16.87 g	70.85 g	0.96 g	9.41 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	73.60 g	2.00 g	3.54 g	
Uzsonna	Almapüré			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma		
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
25.25 g	25.25 g	0.01 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	
Vacsora	Pástétom, p.sonka, zöldség[1, (3,6,7)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]			Cs.sonka, margarin, miniméz [6], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tavaszi felvágott, margarin, főtt tojás [3,(1,6,7)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Zala, párizsi, margarin, [6], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]			Párizsi, marg., tojás [3,6], Korpás zsemle[1,(13)]			P.sonka, margarin, minijam(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]		
	Energia: 2,755.16 Kcal / 11,516.57 KJ			Energia: 415.72 Kcal / 1,737.71 KJ			Energia: 2,206.69 Kcal / 9,223.96 KJ			Energia: 523.82 Kcal / 2,189.57 KJ			Energia: 2,195.88 Kcal / 9,178.78 KJ			Energia: 504.66 Kcal / 2,109.48 KJ			Energia: 292.80 Kcal / 1,223.90 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír



**(50013) G:
DIAB-
TEJMENTES
180g**

	122.56 g	26.80 g	5.31 g	16.60 g	10.85 g	3.10 g	118.32 g	159.60 g	58.51 g	22.82 g	26.05 g	8.29 g	121.42 g	156.20 g	57.73 g	22.36 g	20.84 g	5.73 g	13.35 g	9.20 g	2.51 g			
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
	501.98 g	34.76 g	20.52 g	63.24 g	16.20 g	2.70 g	69.98 g	8.10 g	20.23 g	47.49 g	0.00 g	3.63 g	71.84 g	8.10 g	20.13 g	55.11 g	0.64 g	2.17 g	37.70 g	0.00 g	0.85 g			
Reggeli	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslel[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]						Fekete tea, Párizsi, margarin +uborka[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Vadász, margarin, gyümölcslel[15,(1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslel[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Diab minijam, margarin [15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Cs.sonka, margarin, zöldség, 100%-os gyümölcslel[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Zala, margarin, paprika, gyümölcslel[15,(6)], Korpás zsemle[1,(13)]		
	Energia: 441.94 Kcal / 1,847.31 KJ						Energia: 499.99 Kcal / 2,089.96 KJ			Energia: 516.51 Kcal / 2,159.01 KJ			Energia: 441.94 Kcal / 1,847.31 KJ			Energia: 425.89 Kcal / 1,780.22 KJ			Energia: 448.99 Kcal / 1,876.78 KJ			Energia: 531.73 Kcal / 2,222.63 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	18.47 g	10.79 g	2.94 g	17.57 g	16.10 g	4.49 g	19.62 g	18.04 g	5.58 g	18.47 g	10.79 g	2.94 g	11.85 g	8.58 g	2.04 g	19.07 g	10.85 g	2.94 g	19.99 g	18.67 g	5.68 g	19.99 g	18.67 g	5.68 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
67.67 g 12.94 g 2.32 g			68.84 g 12.94 g 2.09 g			66.77 g 12.94 g 2.62 g			67.67 g 12.94 g 2.32 g			72.96 g 12.94 g 1.25 g			68.69 g 12.94 g 2.34 g			68.77 g 12.94 g 2.40 g						
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]						Csontleves[1,9,(3,7)], Sertéssült, Sárgarépa főzelék TM[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépa püreeleves TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüre TM [12], Ecetes cékla [15]		
	Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ						Energia: 433.22 Kcal / 1,810.86 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 696.97 Kcal / 2,913.33 KJ			Energia: 541.58 Kcal / 2,263.80 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 559.79 Kcal / 2,339.92 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	33.54 g	20.49 g	3.69 g	22.02 g	24.76 g	4.45 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	33.00 g	18.51 g	2.30 g	22.94 g	26.51 g	3.94 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	35.03 g	12.98 g	2.79 g	35.03 g	12.98 g	2.79 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
89.75 g 0.00 g 3.33 g			29.74 g 0.00 g 2.59 g			73.20 g 2.08 g 1.29 g			97.01 g 0.00 g 16.87 g			70.85 g 0.96 g 9.41 g			89.50 g 0.00 g 4.99 g			73.60 g 2.00 g 3.54 g						
Uzsonna	Almapüré			Alma			Alma			Alma			Alma			Almapüré			Alma					
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
25.25 g 25.25 g 0.01 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			10.50 g 8.93 g 0.02 g			
Vacsora	Pástétom, p.sonka, zöldség[1,(3,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]						Cs.sonka +margarin+diab méz[6], Korpás zsemle[1,(13)]			Tavaszi felvágott, margarin, főtt tojás [3,(1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]			Zala, margarin, joghurt LM, paprika [7,(6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7), Korpás zsemle[1,(13)]			Párizsi, marg., tojás [3,6], Korpás zsemle[1,(13)]			P.sonka, margarin, diab minijam[15,(1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]		
	Energia: 447.60 Kcal / 1,870.97 KJ						Energia: 453.02 Kcal / 1,893.62 KJ			Energia: 2,243.99 Kcal / 9,379.88 KJ			Energia: 577.14 Kcal / 2,412.45 KJ			Energia: 2,233.18 Kcal / 9,334.69 KJ			Energia: 504.66 Kcal / 2,109.48 KJ			Energia: 426.80 Kcal / 1,784.02 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír



**(50014) G:
LAKTÓZMEN
TES**

	25.90 g	11.40 g	3.45 g	18.54 g	10.79 g	2.94 g	120.26 g	159.54 g	58.35 g	26.47 g	22.68 g	7.93 g	123.36 g	156.14 g	57.57 g	22.36 g	20.84 g	5.73 g	20.34 g	9.98 g	2.50 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	59.16 g	0.64 g	1.88 g	70.92 g	16.84 g	2.32 g	77.66 g	8.74 g	19.85 g	64.55 g	9.37 g	2.76 g	79.52 g	8.74 g	19.75 g	55.11 g	0.64 g	2.17 g	62.11 g	0.64 g	1.25 g
Reggeli	Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]			Tea[15], ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Vadász szendvics [1,3,10,(6,7,13)]			Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcsle[15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], Cs.sonka, margarin, zöldség, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], Zala, margarin, paprika, gyümölcsle[15,(6)], Korpás zsemle[1, (13)]		
	Energia: 459.53 Kcal / 1,920.84 KJ			Energia: 549.19 Kcal / 2,295.61 KJ			Energia: 561.65 Kcal / 2,347.70 KJ			Energia: 302.79 Kcal / 1,265.66 KJ			Energia: 328.13 Kcal / 1,371.58 KJ			Energia: 466.58 Kcal / 1,950.30 KJ			Energia: 549.32 Kcal / 2,296.16 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	18.82 g	10.79 g	2.94 g	16.26 g	24.29 g	5.31 g	18.46 g	24.69 g	5.41 g	12.75 g	10.02 g	2.87 g	6.18 g	7.77 g	1.97 g	19.42 g	10.85 g	2.94 g	20.34 g	18.67 g	5.68 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
71.20 g	16.26 g	2.32 g	64.22 g	16.44 g	2.16 g	64.22 g	16.44 g	2.42 g	40.83 g	12.62 g	1.76 g	55.92 g	15.94 g	0.66 g	72.22 g	16.26 g	2.34 g	72.30 g	16.26 g	2.40 g	
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépa főzelék TM[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépa püreeleves TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüré TM [12], Ecetes cékla [15]		
	Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ			Energia: 433.22 Kcal / 1,810.86 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 696.97 Kcal / 2,913.33 KJ			Energia: 541.58 Kcal / 2,263.80 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 559.79 Kcal / 2,339.92 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	33.54 g	20.49 g	3.69 g	22.02 g	24.76 g	4.45 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	33.00 g	18.51 g	2.30 g	22.94 g	26.51 g	3.94 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	35.03 g	12.98 g	2.79 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
89.75 g	0.00 g	3.33 g	29.74 g	0.00 g	2.59 g	73.20 g	2.08 g	1.29 g	97.01 g	0.00 g	16.87 g	70.85 g	0.96 g	9.41 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	73.60 g	2.00 g	3.54 g	
Uzsonna	Almapüré			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma		
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
25.25 g	25.25 g	0.01 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	
Vacsora	Pástétom, joghurt LM, zöldség[1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]			Cs.sonka, margarin, laktózmentes joghurt[6,7], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tavaszi felvágott, margarin, főtt tojás [3,(1,6,7)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Zala, margarin, joghurt LM, paprika [7,(6)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tavaszi felvágott, margarin, laktózmentes joghurt[7,(1,6)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Párizsi, marg., tojás [3,6], Félbarna kenyér [1,(6)]			P.sonka, margarin, laktózmentes gyüm.joghurt[7, (1,6)], Félbarna kenyér [1,(6)]		
	Energia: 2,799.66 Kcal / 11,702.58 KJ			Energia: 450.05 Kcal / 1,881.21 KJ			Energia: 2,206.69 Kcal / 9,223.96 KJ			Energia: 539.84 Kcal / 2,256.53 KJ			Energia: 2,240.38 Kcal / 9,364.79 KJ			Energia: 346.86 Kcal / 1,449.87 KJ			Energia: 340.31 Kcal / 1,422.50 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír



**(50015) G:
DIAB
LAKTÓZMEN
TES**

	120.55 g	29.41 g	7.10 g	23.01 g	14.86 g	5.35 g	118.32 g	159.60 g	58.51 g	24.53 g	22.74 g	8.09 g	119.41 g	158.81 g	59.52 g	15.67 g	20.10 g	5.74 g	19.76 g	13.21 g	4.76 g			
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
	508.61 g	43.49 g	20.88 g	55.77 g	8.73 g	3.06 g	69.98 g	8.10 g	20.23 g	56.87 g	8.73 g	3.14 g	78.47 g	16.83 g	20.49 g	24.43 g	0.00 g	1.80 g	33.87 g	8.73 g	1.21 g			
Reggeli	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslel[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]						Fekete tea, Párizsi, margarin +uborka[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Vadász, margarin, gyümölcslel[15,(1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslel[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Diab minijam, margarin [15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Cs.sonka, margarin, zöldség, 100%-os gyümölcslel[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]			Fekete tea, Zala, margarin, paprika, gyümölcslel[15,(6)], Korpás zsemle[1,(13)]		
	Energia: 441.94 Kcal / 1,847.31 KJ						Energia: 499.99 Kcal / 2,089.96 KJ			Energia: 516.51 Kcal / 2,159.01 KJ			Energia: 441.94 Kcal / 1,847.31 KJ			Energia: 425.89 Kcal / 1,780.22 KJ			Energia: 448.99 Kcal / 1,876.78 KJ			Energia: 531.73 Kcal / 2,222.63 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	18.47 g	10.79 g	2.94 g	17.57 g	16.10 g	4.49 g	19.62 g	18.04 g	5.58 g	18.47 g	10.79 g	2.94 g	11.85 g	8.58 g	2.04 g	19.07 g	10.85 g	2.94 g	19.99 g	18.67 g	5.68 g	19.99 g	18.67 g	5.68 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
67.67 g	12.94 g	2.32 g	68.84 g	12.94 g	2.09 g	66.77 g	12.94 g	2.62 g	67.67 g	12.94 g	2.32 g	72.96 g	12.94 g	1.25 g	68.69 g	12.94 g	2.34 g	68.77 g	12.94 g	2.40 g	68.77 g	12.94 g	2.40 g	
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikomos sertésragu[1], Főtt tészta[1]						Csontleves[1,9,(3,7)], Sertéssült, Sárgarépafozelék TM[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Zöldséges csirke ragu[1], Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépaüveles TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüré [7,12]		
	Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ						Energia: 433.22 Kcal / 1,810.86 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 696.97 Kcal / 2,913.33 KJ			Energia: 541.58 Kcal / 2,263.80 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 646.08 Kcal / 2,700.61 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	33.54 g	20.49 g	3.69 g	22.02 g	24.76 g	4.45 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	33.00 g	18.51 g	2.30 g	22.94 g	26.51 g	3.94 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	37.34 g	21.58 g	5.82 g	37.34 g	21.58 g	5.82 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
89.75 g	0.00 g	3.33 g	29.74 g	0.00 g	2.59 g	73.20 g	2.08 g	1.29 g	97.01 g	0.00 g	16.87 g	70.85 g	0.96 g	9.41 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	73.87 g	2.00 g	3.44 g	73.87 g	2.00 g	3.44 g	
Uzsonna	Almapüré						Alma			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma		
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ						Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 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	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
25.25 g	25.25 g	0.01 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	10.50 g	8.93 g	0.02 g	
Vacsora	Pástétom,joghurt LM, zöldség[1,7,(3,6)], Korpás zsemle[1,(13)]						Cs.sonka, margarin, laktózmentes joghurt[6,7], Korpás zsemle[1,(13)]			Tavaszi felvágott, margarin, főtt tojás [3,(1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]			Zala, margarin, joghurt LM, paprika [7,(6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Tavaszi felvágott, margarin, laktózmentes joghurt[7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]			Párizsi,marg.,tojás [3,6], Korpás zsemle[1,(13)]			P.sonka, margarin, laktózmentes gyüm.joghurt[7,(1,6)], Korpás zsemle[1,(13)]		
	Energia: 492.10 Kcal / 2,056.98 KJ						Energia: 487.35 Kcal / 2,037.12 KJ			Energia: 2,243.99 Kcal / 9,379.88 KJ			Energia: 577.14 Kcal / 2,412.45 KJ			Energia: 2,277.68 Kcal / 9,520.70 KJ			Energia: 504.66 Kcal / 2,109.48 KJ			Energia: 498.11 Kcal / 2,082.10 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv



	23.89 g	14.01 g	5.24 g	24.95 g	14.80 g	5.19 g	120.26 g	159.54 g	58.35 g	26.47 g	22.68 g	7.93 g	121.35 g	158.75 g	59.36 g	22.36 g	20.84 g	5.73 g	26.45 g	13.95 g	4.75 g			
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
	65.79 g	9.37 g	2.24 g	63.45 g	9.37 g	2.68 g	77.66 g	8.74 g	19.85 g	64.55 g	9.37 g	2.76 g	86.15 g	17.47 g	20.11 g	55.11 g	0.64 g	2.17 g	64.55 g	9.37 g	1.58 g			
Reggeli	Tea[15], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Párizsi, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Zsemle [1], Párizsi, margarin[6]			Tea[15], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Minijam, margarin, Zsemle [1]			Tea[15], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Zala, párizsi, margarin [6], Zsemle[1]					
	Energia: 428.38 Kcal / 1,790.63 KJ			Energia: 329.08 Kcal / 1,375.55 KJ			Energia: 329.08 Kcal / 1,375.55 KJ			Energia: 278.08 Kcal / 1,162.37 KJ			Energia: 285.83 Kcal / 1,194.77 KJ			Energia: 428.38 Kcal / 1,790.63 KJ			Energia: 601.91 Kcal / 2,515.98 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
	17.30 g	9.99 g	2.80 g	10.84 g	14.87 g	4.35 g	10.84 g	14.87 g	4.35 g	12.34 g	9.62 g	2.80 g	5.42 g	7.37 g	1.90 g	17.30 g	9.99 g	2.80 g	23.60 g	25.19 g	7.99 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				
66.28 g	7.00 g	2.90 g	35.65 g	5.16 g	1.80 g	35.65 g	5.16 g	1.80 g	35.50 g	5.16 g	2.05 g	47.06 g	5.16 g	0.95 g	66.28 g	7.00 g	2.90 g	66.73 g	7.00 g	3.83 g				
Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Bazsalikom ssertésragu[1], Főtt tészta[1]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sertéssült, Sárgarépa főzelék TM[1]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya [12]			Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Petrezselymes rizs			Burgonyaleves zöldséges[1,9,12], Vagdalt szelet[1,3], Zöldségmártáspüre tm[1,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Majorannás sertésragu[1], Főtt tészta[1]			Sárgarépa püree s TM[1,9,(3,7)], Sült csirkemell, Burgonyapüré TM [12]					
	Energia: 688.27 Kcal / 2,876.97 KJ			Energia: 433.22 Kcal / 1,810.86 KJ			Energia: 620.12 Kcal / 2,592.10 KJ			Energia: 642.63 Kcal / 2,686.19 KJ			Energia: 541.58 Kcal / 2,263.80 KJ			Energia: 725.67 Kcal / 3,033.30 KJ			Energia: 534.79 Kcal / 2,235.42 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
	33.54 g	20.49 g	3.69 g	22.02 g	24.76 g	4.45 g	36.36 g	19.22 g	2.30 g	27.19 g	22.98 g	4.19 g	22.94 g	26.51 g	3.94 g	33.70 g	24.21 g	4.22 g	33.99 g	12.90 g	2.79 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				
89.75 g	0.00 g	3.33 g	29.74 g	0.00 g	2.59 g	73.20 g	2.08 g	1.29 g	79.30 g	0.00 g	15.33 g	70.85 g	0.96 g	9.41 g	89.50 g	0.00 g	4.99 g	68.88 g	2.00 g	3.34 g				
Uzsonna	Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré					
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				
25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g				
Vacsora	Párizsi, p.sonka, margarin[6,(1,7)], Félbarna kenyér[1, (6,13)]			Cs.sonka (2db), margarin[6], Félbarna kenyér [1, (6)]			Félbarna kenyér [1,(6)], P.sonka (2 db), margarin (1,6,7)			Zala, párizsi, margarin, [6], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7), Félbarna kenyér [1,(6)]			Párizsi (2), marg., [6], Félbarna kenyér [1,(6)]			P.sonka (2 db), margarin(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]					
	Energia: 2,801.41 Kcal / 11,709.89 KJ			Energia: 394.79 Kcal / 1,650.22 KJ			Energia: 416.31 Kcal / 1,740.18 KJ			Energia: 523.82 Kcal / 2,189.57 KJ			Energia: 2,195.88 Kcal / 9,178.78 KJ			Energia: 376.29 Kcal / 1,572.89 KJ			Energia: 295.81 Kcal / 1,236.49 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
	122.12 g	32.84 g	6.81 g	23.52 g	13.10 g	4.00 g	26.52 g	11.40 g	3.12 g	22.82 g	26.05 g	8.29 g	121.42 g	156.20 g	57.73 g	15.77 g	22.80 g	6.95 g	21.77 g	10.60 g	2.97 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				
499.79 g	34.76 g	20.71 g	48.04 g	0.00 g	3.80 g	50.24 g	0.00 g	1.60 g	47.49 g	0.00 g	3.63 g	71.84 g	8.10 g	20.13 g	25.34 g	0.00 g	2.55 g	27.24 g	0.00 g	0.85 g				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50017) G: ENTERITIS	Reggeli	Tea[15], Párizsi, ropi[1,6], Zsemle[1]			Tea[15], Párizsi, háztartási keksz [1,6,12,(3,5,7,8)], Zsemle[1]			Tea[15], Párizsi, ropi[1,6], Zsemle[1]			Tea[15], Cs.sonka,háztartás i keksz(10)[1,6,12, (3,5,7,8)], Zsemle [1]			Tea[15], Párizsi, ropi[1,6], Zsemle[1]			Tea[15], Cs.sonka,háztartás i keksz(10)[1,6,12, (3,5,7,8)], Zsemle [1]			Tea[15], Zala, ropi [1,6], Zsemle[1]		
		Energia: 608.59 Kcal / 2,543.91 KJ			Energia: 678.66 Kcal / 2,836.80 KJ			Energia: 458.29 Kcal / 1,915.65 KJ			Energia: 627.66 Kcal / 2,623.62 KJ			Energia: 458.29 Kcal / 1,915.65 KJ			Energia: 777.96 Kcal / 3,251.87 KJ			Energia: 635.62 Kcal / 2,656.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.68 g	11.34 g	3.95 g	20.62 g	14.67 g	4.43 g	15.72 g	10.97 g	3.95 g	22.12 g	9.42 g	2.88 g	15.72 g	10.97 g	3.95 g	27.08 g	9.79 g	2.88 g	22.98 g	13.79 g	5.14 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	102.09 g	7.00 g	4.35 g	113.61 g	23.66 g	2.68 g	71.31 g	5.16 g	3.50 g	113.46 g	23.66 g	2.93 g	71.31 g	5.16 g	3.50 g	144.24 g	25.50 g	3.78 g	101.24 g	7.00 g	4.68 g	
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Burgonyapüré TM [12]			DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Párolt sárgarépa**			DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sült csirkemell, Főtt burgonya[12]			DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Petrezselymes rizs			DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Főtt burgonya[12]			DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Főtt burgonya[12]			DOBOZ (leves +főétel), Sült csirkemell, Burgonyapüré TM [12]		
		Energia: 512.69 Kcal / 2,143.04 KJ			Energia: 328.57 Kcal / 1,373.42 KJ			Energia: 472.10 Kcal / 1,973.38 KJ			Energia: 584.36 Kcal / 2,442.62 KJ			Energia: 477.28 Kcal / 1,995.03 KJ			Energia: 477.28 Kcal / 1,995.03 KJ			Energia: 456.17 Kcal / 1,906.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.77 g	18.43 g	4.80 g	21.95 g	11.50 g	2.94 g	33.82 g	6.25 g	0.87 g	25.05 g	20.46 g	3.94 g	25.50 g	11.49 g	2.91 g	25.50 g	11.49 g	2.91 g	31.48 g	12.49 g	2.65 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	60.38 g	2.00 g	2.27 g	33.22 g	0.00 g	3.02 g	68.51 g	2.24 g	2.30 g	72.95 g	0.00 g	16.90 g	66.34 g	2.24 g	2.27 g	66.34 g	2.24 g	2.27 g	52.96 g	2.00 g	0.33 g	
Uzsonna	Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			Almapüré			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g	25.25 g	25.25 g	0.01 g		
Vacsora	Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Félbarna kenyér[1, (6,13)]			Cs.sonka (2 db)[6], Félbarna kenyér [1, (6)]			Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]			Párizsi, Zala[6], Félbarna kenyér [1, (6)]			Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]			Párizsi, Zala[6], Félbarna kenyér [1, (6)]			Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]			
	Energia: 2,696.38 Kcal / 11,270.87 KJ			Energia: 330.00 Kcal / 1,379.40 KJ			Energia: 351.52 Kcal / 1,469.35 KJ			Energia: 459.03 Kcal / 1,918.75 KJ			Energia: 351.52 Kcal / 1,469.35 KJ			Energia: 338.53 Kcal / 1,415.06 KJ			Energia: 231.02 Kcal / 965.66 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	125.10 g	19.74 g	2.92 g	23.50 g	6.10 g	2.10 g	26.50 g	4.40 g	1.22 g	22.80 g	19.05 g	6.39 g	26.50 g	4.40 g	1.22 g	18.05 g	18.25 g	6.24 g	21.75 g	3.60 g	1.07 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
500.70 g	34.76 g	19.76 g	48.00 g	0.00 g	3.70 g	50.20 g	0.00 g	1.50 g	47.45 g	0.00 g	3.53 g	50.20 g	0.00 g	1.50 g	24.45 g	0.00 g	2.78 g	27.20 g	0.00 g	0.75 g		



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50018) G: PÉPES	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött, kefir[7, (1)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tea[15], Darált párizsi, joghurt[7], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tea[15], Tej[7], minijam+marg.+ 0% joghurt[7,(1)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tea[15], Tej[7], Kenőmájas, natúr joghurt[7,(1,6,10)], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tea[15], Tej[7], Köleskása diab [7,15,(1)]			Tea[15], Tej[7], Kockasajt2, margarin, kefir[7], Félbarna kenyér [1, (6)]			Tea[15], Tej[7], Minijam, margarin, Félbarna kenyér [1, (6)]		
		Energia: 596.95 Kcal / 2,495.25 KJ			Energia: 331.41 Kcal / 1,385.29 KJ			Energia: 387.78 Kcal / 1,620.92 KJ			Energia: 323.47 Kcal / 1,352.10 KJ			Energia: 247.23 Kcal / 1,033.42 KJ			Energia: 572.16 Kcal / 2,391.63 KJ			Energia: 473.59 Kcal / 1,979.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.86 g	21.08 g	8.59 g	15.54 g	14.10 g	6.39 g	15.31 g	10.90 g	3.78 g	16.47 g	8.14 g	4.64 g	14.99 g	6.49 g	3.85 g	23.12 g	20.98 g	9.93 g	16.76 g	11.60 g	3.83 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	67.22 g 13.92 g 2.47 g			33.50 g 3.32 g 1.89 g			54.88 g 21.60 g 1.22 g			44.00 g 13.92 g 1.03 g			31.47 g 15.91 g 0.30 g			69.72 g 13.92 g 1.87 g			72.88 g 13.92 g 1.87 g			
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelékpüre [1,7,15], Omlett [3,7]			Csontleves[1,9, (3,7)], Sült virsli darált (2 adag), Sárgarépa főzelék püre[1,7]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges vagdalt [1,3,6,7], Brokkoli főzelék püre [1,7,12]			Húsgombóclevés [1,9,(3,6,7,12)], Sonkafelfújt[1,3], Tökfőzelék püre [1]			Húsleves[1,3,9, (7)], Vagdalt szelet [1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Darált sertéssült, Parajfőzelék [1,7], Tört burgonya 1/2 adag [12]			Szamócás almapüréleves[1,7], Párizsifelfújt[1,3], Burgonyapüre [7,12]		
		Energia: 570.73 Kcal / 2,385.65 KJ			Energia: 657.49 Kcal / 2,748.31 KJ			Energia: 647.94 Kcal / 2,708.39 KJ			Energia: 619.45 Kcal / 2,589.30 KJ			Energia: 428.02 Kcal / 1,789.12 KJ			Energia: 788.27 Kcal / 3,294.97 KJ			Energia: 836.03 Kcal / 3,494.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		32.99 g	21.97 g	4.82 g	22.01 g	37.69 g	10.26 g	22.52 g	38.33 g	5.84 g	29.55 g	23.30 g	3.79 g	22.09 g	20.88 g	3.52 g	36.90 g	31.94 g	6.03 g	23.77 g	34.31 g	10.28 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	58.40 g 0.00 g 3.19 g			48.21 g 0.00 g 3.04 g			57.68 g 1.44 g 5.42 g			71.29 g 0.46 g 8.88 g			53.16 g 0.83 g 8.58 g			85.59 g 1.36 g 2.66 g			105.69 g 21.57 g 5.46 g			
Uzsonna	Almapüré			Puding[7]			Almapüré			Túrós batyu csom.			Almapüré			Almapüré			Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 93.78 Kcal / 392.00 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 272.25 Kcal / 1,138.01 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ			Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.20 g	2.40 g	1.60 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	9.90 g	8.30 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.30 g	3.90 g	1.90 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
25.25 g 25.25 g 0.01 g			16.40 g 13.00 g 0.07 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			37.30 g 0.00 g 0.00 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			14.60 g 8.60 g 0.00 g				
Vacsora	Pástétom,margarin, reszelt sajt [1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]			Darált cs.sonka, margarin, kefir, Félbarna kenyér [1, (6)]			Kockasajt2, margarin, uborka [7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Lapkasajt + kefir[7, (1)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Darált p.sonka +marg+kefir(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]			Reszelt tojás, margarin, natúr joghurt[3,7], Félbarna kenyér [1, (6)]			Sajtkrém, p.sonka darált(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]			
	Energia: 2,931.14 Kcal / 12,252.17 KJ			Energia: 457.51 Kcal / 1,912.39 KJ			Energia: 378.26 Kcal / 1,581.13 KJ			Energia: 344.71 Kcal / 1,440.89 KJ			Energia: 446.45 Kcal / 1,866.16 KJ			Energia: 337.17 Kcal / 1,409.37 KJ			Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	126.48 g	45.84 g	15.25 g	23.92 g	14.76 g	5.69 g	12.36 g	13.56 g	5.36 g	14.46 g	7.72 g	4.22 g	22.22 g	14.48 g	5.60 g	14.65 g	16.80 g	6.09 g	17.40 g	9.20 g	5.11 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
498.90 g 34.76 g 20.60 g			55.00 g 0.00 g 2.88 g			50.02 g 0.00 g 1.62 g			52.54 g 0.10 g 1.68 g			54.58 g 0.00 g 1.60 g			30.00 g 0.00 g 0.95 g			27.95 g 0.00 g 0.75 g				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50019) G: FOLY-PÉPES	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Gyümölcs joghurt 0%[7,(1)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tea[15], Tej[7], Natúr joghurt[7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tea[15], Tej[7], Gyümölcs joghurt 0%[7,(1)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tea[15], Tej[7], Natúr joghurt[7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Tea[15], Tej[7], Köleskása diab [7,15,(1)]			Tea[15], Tej[7], Kefír, Félbarna kenyér [1,(6)]			Tea[15], Tej[7], Natúr joghurt[7], Félbarna kenyér [1,(6)]		
		Energia: 391.24 Kcal / 1,635.38 Kj			Energia: 321.86 Kcal / 1,345.37 Kj			Energia: 270.74 Kcal / 1,131.69 Kj			Energia: 321.86 Kcal / 1,345.37 Kj			Energia: 247.23 Kcal / 1,033.42 Kj			Energia: 441.95 Kcal / 1,847.35 Kj			Energia: 442.36 Kcal / 1,849.06 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		19.96 g	4.70 g	2.03 g	16.39 g	8.00 g	4.58 g	15.21 g	3.90 g	1.88 g	16.39 g	8.00 g	4.58 g	14.99 g	6.49 g	3.85 g	20.86 g	9.08 g	4.87 g	21.14 g	8.80 g	4.73 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	65.28 g 21.60 g 1.87 g			44.00 g 13.92 g 1.02 g			42.28 g 21.60 g 1.12 g			44.00 g 13.92 g 1.02 g			31.47 g 15.91 g 0.30 g			66.72 g 13.92 g 1.77 g			67.00 g 13.92 g 1.77 g			
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelék turmix[1,3,7]			Csontleves pépes [1,3,9,(7)], Sárgarépa főzelék turmix [1,3,7]			Reszeltészta leves pépes[1,3,9,(7)], Brokkolifőzelék turmix[1,3,7,12]			Fokhagyma krémleves[1,7], Tökfőzelék turmix [1,3,7]			Húsleves pépes [1,3,9], Zöldségmártáspüre turmix[1,3,7,9]			Pépes zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Parajfőzelék turmix [1,3,7]			Sárgarépa pürelve s TM[1,9,(3,7)], Burgonyapüré turmix[3,6,7,12]		
		Energia: 428.53 Kcal / 1,791.26 Kj			Energia: 360.05 Kcal / 1,505.01 Kj			Energia: 568.77 Kcal / 2,377.46 Kj			Energia: 477.69 Kcal / 1,996.74 Kj			Energia: 371.59 Kcal / 1,553.25 Kj			Energia: 600.03 Kcal / 2,508.13 Kj			Energia: 432.47 Kcal / 1,807.72 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		25.14 g	7.72 g	1.74 g	12.79 g	20.55 g	3.64 g	18.28 g	31.00 g	4.52 g	15.72 g	20.00 g	3.61 g	13.61 g	16.12 g	2.83 g	26.65 g	31.01 g	5.74 g	15.56 g	13.90 g	4.51 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	63.50 g 5.00 g 0.43 g			30.53 g 0.00 g 2.18 g			46.98 g 1.44 g 3.10 g			51.27 g 1.67 g 1.23 g			38.66 g 0.83 g 5.51 g			51.75 g 0.00 g 2.57 g			59.94 g 1.60 g 3.23 g			
Uzsonna	Almapüré			Puding[7]			Almapüré			Puding[7]			Almapüré			Almapüré			Almapüré			
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 93.78 Kcal / 392.00 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 93.78 Kcal / 392.00 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			Energia: 110.09 Kcal / 460.18 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.20 g	2.40 g	1.60 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	1.20 g	2.40 g	1.60 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	0.38 g	0.38 g	0.00 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
25.25 g 25.25 g 0.01 g			16.40 g 13.00 g 0.07 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			16.40 g 13.00 g 0.07 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g			25.25 g 25.25 g 0.01 g				
Vacsora	RESZELT SAJT [7], BÉBIÉTEL KLF.			Darált cs.sonka, margarin, kefir, Félbarna kenyér [1,(6)]			BÉBIÉTEL KLF., Darált pulykasonka (1,6,7)			Lapkasajt + kefir[7,(1)], Félbarna kenyér [1,(6)]			Darált p.sonka +marg(1,6,7), BÉBIÉTEL KLF., Félbarna kenyér [1,(6)]			Reszelt tojás, margarin, natúr joghurt[3,7], Félbarna kenyér [1,(6)]			Darált pulykasonka(1,6,7), BÉBIÉTEL KLF.			
	Energia: 191.91 Kcal / 802.18 Kj			Energia: 457.51 Kcal / 1,912.39 Kj			Energia: 108.37 Kcal / 452.99 Kj			Energia: 344.71 Kcal / 1,440.89 Kj			Energia: 414.16 Kcal / 1,731.19 Kj			Energia: 337.17 Kcal / 1,409.37 Kj			Energia: 108.37 Kcal / 452.99 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	13.10 g	12.10 g	6.90 g	23.92 g	14.76 g	5.69 g	11.20 g	2.70 g	0.56 g	14.46 g	7.72 g	4.22 g	20.72 g	11.30 g	2.76 g	14.65 g	16.80 g	6.09 g	11.20 g	2.70 g	0.56 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
6.70 g 1.40 g 0.01 g			55.00 g 0.00 g 2.88 g			8.80 g 1.40 g 0.01 g			52.54 g 0.10 g 1.68 g			54.84 g 1.40 g 1.61 g			30.00 g 0.00 g 0.95 g			8.80 g 1.40 g 0.01 g				



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50020) G: DIAB-PEPES 180g	Reggeli	Fekete tea, Tej 2dl [7], Körözött, kefir [7,(1)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Fekete tea, Tej 2dl [7], Darált párizsi, joghurt[7], Félbarna kenyér [1,(6)]	Fekete tea, Tej 2dl [7], Diab minijam, margarin, 0% gyümölcs joghurt [7,15,(1)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Fekete tea, Tej 2dl [7], Kenőmájas, natúr joghurt[7, (1,6,10)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Fekete tea, Tej 2dl [7], Köleskása diab [7,15,(1)]	Fekete tea, Tej 2dl [7], Kockasajt2, margarin, kefir[7], Félbarna kenyér [1, (6)]	Fekete tea, Tej 2dl [7], Minijam, margarin, natúr joghurt[7,15], Félbarna kenyér [1, (6)]
		Energia: 572.30 Kcal / 2,392.21 KJ	Energia: 403.82 Kcal / 1,687.97 KJ	Energia: 339.33 Kcal / 1,418.40 KJ	Energia: 298.82 Kcal / 1,249.07 KJ	Energia: 222.58 Kcal / 930.38 KJ	Energia: 547.51 Kcal / 2,288.59 KJ	Energia: 510.95 Kcal / 2,135.77 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		28.31 g 21.08 g 8.96 g	21.79 g 17.10 g 8.39 g	15.06 g 10.94 g 4.15 g	15.92 g 8.14 g 5.01 g	14.44 g 6.49 g 4.22 g	22.57 g 20.98 g 10.30 g	20.99 g 15.84 g 7.00 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	62.49 g 0.00 g 2.20 g	39.37 g 0.00 g 1.89 g	43.88 g 7.68 g 0.98 g	39.27 g 0.00 g 0.76 g	26.74 g 1.99 g 0.03 g	64.99 g 0.00 g 1.60 g	68.60 g 0.00 g 1.63 g	
	Ebéd	Daragaluskaleves [1,3], Zöldborsófőzelékpüre [1,7,15], Omlett [3,7]	Csontleves[1,9, (3,7)], Sült virsli darált (2 adag), Sárgarépa főzelék püre[1,7]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges vagdalt [1,3,6,7], Brokkoli főzelék püre [1,7,12]	Húsgombóclevés [1,9,(3,6,7,12)], Sonkafelfűjt[1,3], Tökfőzelék püre [1]	Húsleves[1,3,9, (7)], Vagdalt szelet [1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Darált sertéssült, Parajfőzelék [1,7], Tört burgonya 1/2 adag [12]	Szamócás almapüréleves diab [7,15,(1,6,8,12)], Párizsifelfűjt[1,3], Burgonyapüre [7,12]
		Energia: 570.73 Kcal / 2,385.65 KJ	Energia: 657.49 Kcal / 2,748.31 KJ	Energia: 647.94 Kcal / 2,708.39 KJ	Energia: 619.45 Kcal / 2,589.30 KJ	Energia: 428.02 Kcal / 1,789.12 KJ	Energia: 788.27 Kcal / 3,294.97 KJ	Energia: 833.93 Kcal / 3,485.83 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		32.99 g 21.97 g 4.82 g	22.01 g 37.69 g 10.26 g	22.52 g 38.33 g 5.84 g	29.55 g 23.30 g 3.79 g	22.09 g 20.88 g 3.52 g	36.90 g 31.94 g 6.03 g	27.20 g 35.79 g 11.31 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	58.40 g 0.00 g 3.19 g	48.21 g 0.00 g 3.04 g	57.68 g 1.44 g 5.42 g	71.29 g 0.46 g 8.88 g	53.16 g 0.83 g 8.58 g	85.59 g 1.36 g 2.66 g	98.66 g 2.46 g 5.45 g	
Uzsonna	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	Almapüré	
	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	0.38 g 0.38 g 0.00 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g	25.25 g 25.25 g 0.01 g		
Vacsora	Pástétom, margarin, reszelt sajt [1,7, (3,6)], Félbarna kenyér[1,(6,13)]	Darált cs.sonka, margarin, kefir, Félbarna kenyér [1, (6)]	Kockasajt2, margarin, uborka [7], Félbarna kenyér [1,(6)]	Lapkasajt + kefir[7, (1)], Félbarna kenyér [1,(6)]	Darált p.sonka +marg+kefir(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]	Reszelt tojás, margarin, natúr joghurt[3,7], Félbarna kenyér [1, (6)]	Sajtkrém, p.sonka darált(1,6,7), Félbarna kenyér [1, (6)]	
	Energia: 2,931.14 Kcal / 12,252.17 KJ	Energia: 457.51 Kcal / 1,912.39 KJ	Energia: 378.26 Kcal / 1,581.13 KJ	Energia: 344.71 Kcal / 1,440.89 KJ	Energia: 446.45 Kcal / 1,866.16 KJ	Energia: 337.17 Kcal / 1,409.37 KJ	Energia: 267.20 Kcal / 1,116.90 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	126.48 g 45.84 g 15.25 g	23.92 g 14.76 g 5.69 g	12.36 g 13.56 g 5.36 g	14.46 g 7.72 g 4.22 g	22.22 g 14.48 g 5.60 g	14.65 g 16.80 g 6.09 g	17.40 g 9.20 g 5.11 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
498.90 g 34.76 g 20.60 g	55.00 g 0.00 g 2.88 g	50.02 g 0.00 g 1.62 g	52.54 g 0.10 g 1.68 g	54.58 g 0.00 g 1.60 g	30.00 g 0.00 g 0.95 g	27.95 g 0.00 g 0.75 g		



.....
Élelmezési

osztályvezető

.....
Vezető

dietetikus

.....
Gazdaságvezető

