

Heti étlap 2026.08.10. - 2026.08.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50021) G: TEJMENTES- PÉPES	Reggeli	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Párizsi darált, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Pástétom, margarin, gyümölcsle[1, 15, (3,6,7)], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcsle[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.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
		20.08 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	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Darált sertéssült, Burgonyafőzelékpüre TM[1,12]	Reszelttészta leves diétás[1,3,9, (7)], Darált sertéssült, Paradicsommártás [1,9], Burgonyapüré TM 1/2 adag[6,7,12]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék püre TM [1]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Darált sertéssült, Zöldségmártáspüre tm[1,9]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli darált 2 adag, Zöldbabfőzelékpüre TM[1]	Húsleves [9,(3,7)], Darált sertéssült, Almamártás tejmentes diabetikus[1,15], Pírtott dara[1]	Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Vagdalt szelet[1,3], Burgonyapüré TM [12]
		Energia: 633.97 Kcal / 2,649.99 KJ	Energia: 646.91 Kcal / 2,704.08 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 568.17 Kcal / 2,374.95 KJ	Energia: 767.69 Kcal / 3,208.94 KJ	Energia: 561.11 Kcal / 2,345.44 KJ	Energia: 569.32 Kcal / 2,379.76 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
		28.75 g 23.45 g 4.34 g	27.09 g 26.99 g 5.53 g	24.70 g 20.07 g 3.15 g	25.97 g 26.12 g 4.90 g	32.06 g 43.76 g 13.59 g	26.29 g 19.52 g 3.70 g	23.15 g 21.76 g 4.95 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		75.22 g 1.44 g 2.07 g	72.13 g 16.03 g 1.65 g	66.98 g 0.00 g 4.03 g	50.65 g 1.25 g 4.16 g	47.10 g 0.00 g 1.46 g	68.61 g 0.00 g 3.32 g	87.92 g 2.16 g 2.38 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	Darált pulykasonka, margarin, pástétom [1,(3,6,7)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált cs.sonka, margarin, miniméz, Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált pulykasonka, margarin(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált párizsi, reszelt tojás, margarin[3], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált p.sonka(2 adag)+marg(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tojás, natúr joghurt[3], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Darált p.sonka(2 adag)+marg(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]
		Energia: 490.04 Kcal / 2,048.37 KJ	Energia: 459.54 Kcal / 1,920.88 KJ	Energia: 438.32 Kcal / 1,832.18 KJ	Energia: 500.47 Kcal / 2,091.96 KJ	Energia: 438.32 Kcal / 1,832.18 KJ	Energia: 500.47 Kcal / 2,091.96 KJ	Energia: 438.32 Kcal / 1,832.18 KJ



(50022) G: FOLYADÉK		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
		23.98 g	17.80 g	5.41 g	20.40 g	9.68 g	2.65 g	27.12 g	10.80 g	3.01 g	21.47 g	21.90 g	6.78 g	27.12 g	10.80 g	3.01 g	21.47 g	21.90 g	6.78 g	27.12 g	10.80 g	3.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		56.70 g	0.00 g	2.14 g	70.96 g	16.20 g	2.68 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g	52.58 g	0.00 g	2.64 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g	52.58 g	0.00 g	2.64 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g
	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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		23.60 g10.58 g6.24 g	23.60 g10.58 g6.24 g	23.88 g10.30 g6.10 g	23.88 g10.30 g6.10 g	23.60 g10.58 g6.24 g	23.60 g10.58 g6.24 g	23.88 g10.30 g6.10 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		66.54 g0.00 g1.50 g	66.54 g0.00 g1.50 g	66.82 g0.00 g1.50 g	66.82 g0.00 g1.50 g	66.54 g0.00 g1.50 g	66.54 g0.00 g1.50 g	66.82 g0.00 g1.50 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50024) G: KV- PÉPES	Reggeli	Tej[7], Tea[15], Körözött[7,(1)], Tk.stangli	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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15.16 g15.00 g5.35 g	23.06 g27.29 g6.94 g	25.26 g27.69 g7.04 g	24.87 g18.07 g8.04 g	28.19 g29.43 g10.65 g	11.42 g15.16 g6.71 g	27.14 g21.67 g7.31 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		14.78 g13.92 g0.97 g	62.02 g14.74 g2.43 g	62.02 g14.74 g2.69 g	62.06 g14.74 g2.63 g	62.56 g15.38 g2.26 g	24.70 g14.00 g0.53 g	70.10 g14.56 g2.67 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	22.10 g27.56 g11.79 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	86.33 g27.25 g0.44 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g
	Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]	Sajtos pogácsa [1,7,(12)]	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]	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: 307.03 Kcal / 1,283.39 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	1.80 g1.40 g0.38 g	3.23 g10.64 g2.77 g	4.06 g21.61 g5.91 g	1.30 g3.90 g1.90 g	0.60 g0.60 g0.00 g	1.30 g3.90 g1.90 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	12.60 g2.70 g0.02 g	28.90 g13.60 g0.13 g	22.25 g0.00 g1.30 g	14.60 g8.60 g0.00 g	10.50 g8.93 g0.02 g	14.60 g8.60 g0.00 g
	Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Cs.sonka, margarin, puding [6,7], sajtos stangli [1,7]	Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10, (1,6,12)], Kifli, sima [1,3,7,11]	Párizsi, tojás, marg[3,6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]
		Energia: 562.98 Kcal / 2,353.26 KJ	Energia: 330.87 Kcal / 1,383.04 KJ	Energia: 535.50 Kcal / 2,238.39 KJ	Energia: 480.39 Kcal / 2,008.03 KJ	Energia: 653.31 Kcal / 2,730.84 KJ	Energia: 489.36 Kcal / 2,045.52 KJ	Energia: 409.70 Kcal / 1,712.55 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		29.91 g23.51 g11.98 g	14.27 g13.40 g7.14 g	13.24 g23.45 g11.98 g	19.40 g19.77 g6.72 g	18.59 g26.70 g11.14 g	21.02 g20.30 g5.79 g	22.75 g9.40 g5.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		56.38 g0.80 g3.27 g	42.65 g13.00 g2.55 g	54.62 g12.00 g1.40 g	54.44 g0.10 g2.76 g	71.66 g12.21 g2.33 g	53.63 g0.00 g2.35 g	57.15 g0.00 g1.30 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50025) G: TRANSZPLA NTÁLT A	Reggeli	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Körözött, szívószálas tej[7, (1)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi, margarin,szívószál as tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Vadász,margarin, szívószálas tej[7, (1,6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Diab minijam, margarin, szívószálas tej [7,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, szívószálas tej[7, (6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM
		Energia: 376.05 Kcal / 1,571.89 KJ	Energia: 667.84 Kcal / 2,791.57 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 19.50 g 17.00 g 3.83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 33.52 g 42.00 g 11.81 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.67 g 21.50 g 5.55 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.52 g 14.25 g 2.91 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.90 g 12.04 g 2.01 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.52 g 14.25 g 2.91 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 20.04 g 22.13 g 5.65 g
		Szénhidrát Cukor Só 35.50 g 0.00 g 2.00 g	Szénhidrát Cukor Só 39.64 g 0.00 g 4.80 g	Szénhidrát Cukor Só 35.14 g 0.00 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 36.04 g 0.00 g 2.50 g	Szénhidrát Cukor Só 41.33 g 0.00 g 1.43 g	Szénhidrát Cukor Só 36.04 g 0.00 g 2.50 g	Szénhidrát Cukor Só 37.14 g 0.00 g 2.58 g
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Virslis rakott burgonya [3,7,(1)]	DOBOZ (leves +főétel), Májgaluskaleves [1,9,(3,6,7,12)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]	DOBOZ (leves +főétel), Nyírségi gombóclevés [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	DOBOZ (leves +főétel), Tarhonyaleves [1,3,12], Fasírtgolyó, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Sertésraguleves [9], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Piritott dara[1]	DOBOZ (leves +főétel), Sütőtökrémleves [1,7], Sárgarépás sertésragu[1], Kuszkusz[1]
		Energia: 572.12 Kcal / 2,391.46 KJ	Energia: 800.19 Kcal / 3,344.79 KJ	Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 740.92 Kcal / 3,097.05 KJ	Energia: 717.74 Kcal / 3,000.15 KJ	Energia: 653.69 Kcal / 2,732.42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.98 g 19.87 g 6.32 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 41.05 g 23.37 g 8.62 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.47 g 21.54 g 3.65 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.20 g 23.23 g 4.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.12 g 38.47 g 4.48 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 39.76 g 29.31 g 6.20 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 31.18 g 16.60 g 4.20 g
		Szénhidrát Cukor Só 64.00 g 3.51 g 1.03 g	Szénhidrát Cukor Só 101.76 g 1.85 g 5.25 g	Szénhidrát Cukor Só 65.35 g 1.67 g 6.09 g	Szénhidrát Cukor Só 100.40 g 1.25 g 3.81 g	Szénhidrát Cukor Só 72.17 g 2.24 g 2.59 g	Szénhidrát Cukor Só 69.23 g 0.75 g 2.08 g	Szénhidrát Cukor Só 90.63 g 0.00 g 1.03 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 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 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: 325.60 Kcal / 1,361.01 KJ	Energia: 83.10 Kcal / 347.36 KJ	Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 KJ	Energia: 246.10 Kcal / 1,028.70 KJ	Energia: 146.70 Kcal / 613.21 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.88 g 16.80 g 5.21 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.22 g 13.73 g 5.74 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.50 g 24.20 g 13.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.78 g 8.64 g 2.88 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.22 g 24.48 g 13.14 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.00 g 18.70 g 7.15 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12.65 g 8.40 g 4.96 g
		Szénhidrát Cukor Só 4.50 g 0.00 g 0.84 g	Szénhidrát Cukor Só 7.48 g 0.00 g 1.20 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só 0.14 g 0.10 g 0.28 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só 4.95 g 0.00 g 0.00 g



(50026) G: TRANSPLA NTÁLT D					7.66 g	12.00 g	0.10 g				7.38 g	12.00 g	0.10 g	7.91 g	0.00 g	0.95 g						
	Reggeli	Körözött, szívószálas tej[7, (1)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Párizsi, margarin,szívószál as tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Vadász,margarin, szívószálas tej[7, (1,6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Diab minijam, margarin, szívószálas tej [7,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, szívószálas tej[7, (6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM		
		Energia: 376.05 Kcal / 1,571.89 KJ			Energia: 667.84 Kcal / 2,791.57 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.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav			
		19.50 g	17.00 g	3.83 g	33.52 g	42.00 g	11.81 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			
		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	39.64 g	0.00 g	4.10 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				
	Ebéd	Zöldborsókrémleve s[1,7,9,12,(3)], Virslis rakott burgonya [3,7,(1)]			Májgaluskaleves [1,9,(3,6,7,12)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]			Nyírségi gombóclevés [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs			Tarhonyaleves [1,3,12], Rakott zöldbab [7,(1,6)]			Sertésraguleves [9], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Piritott dara[1]			Sütőtökrémleves [1,7], Csíki aprópecsenye (sertés)[1,3], Kuskusz[1]		
		Energia: 694.14 Kcal / 2,901.51 KJ			Energia: 800.19 Kcal / 3,344.79 KJ			Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 KJ			Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ			Energia: 607.30 Kcal / 2,538.51 KJ			Energia: 717.74 Kcal / 3,000.15 KJ			Energia: 700.41 Kcal / 2,927.71 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			
		26.44 g	23.27 g	6.48 g	41.05 g	23.37 g	8.62 g	26.47 g	21.54 g	3.65 g	30.20 g	23.23 g	4.59 g	36.14 g	29.74 g	6.93 g	39.76 g	29.31 g	6.20 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
	82.09 g	3.75 g	1.55 g	101.76 g	1.85 g	5.25 g	65.35 g	1.67 g	6.09 g	100.40 g	1.25 g	3.81 g	73.84 g	1.28 g	1.51 g	69.23 g	0.75 g	2.08 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			
		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			
	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: 325.60 Kcal / 1,361.01 KJ			Energia: 83.10 Kcal / 347.36 KJ			Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 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				
13.88 g		16.80 g	5.21 g	11.22 g	13.73 g	5.74 g	6.50 g	24.20 g	13.00 g	0.78 g	8.64 g	2.88 g	6.22 g	24.48 g	13.14 g	10.00 g	18.70 g	7.15 g				
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	7.66 g	12.00 g	0.10 g	0.14 g	0.10 g	0.28 g	7.38 g	12.00 g	0.10 g	7.91 g	0.00 g	0.95 g					



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50027) G: TRANSZPLA NT TEJMENTES	Reggeli	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslé[6,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi, margarin,szívószál as gyümölcslé[6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Vadász, margarin, gyümölcslé[15, (1,6,7)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcslé[6,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Diab minijam, margarin[15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Cs.sonka, margarin [6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, gyümölcslé(6), Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM
		Energia: 162.74 Kcal / 680.25 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: 199.08 Kcal / 832.15 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.02 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.10 g 37.00 g 11.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.17 g 16.50 g 5.44 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.02 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.40 g 7.04 g 1.90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.02 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.54 g 17.13 g 5.54 g
		Szénhidrát Cukor Só 13.84 g 12.30 g 1.90 g	Szénhidrát Cukor Só 20.84 g 16.20 g 4.20 g	Szénhidrát Cukor Só 12.94 g 12.30 g 2.20 g	Szénhidrát Cukor Só 13.84 g 12.30 g 1.90 g	Szénhidrát Cukor Só 19.13 g 12.30 g 0.83 g	Szénhidrát Cukor Só 13.84 g 12.30 g 1.90 g	Szénhidrát Cukor Só 2.14 g 0.00 g 1.98 g
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]	DOBOZ (leves +főétel), Nyírségi gombócleves [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Főtt virslis 2 db, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Piritott dara[1], Almamártás tejmentes diabetikus[1,15]	DOBOZ (leves +főétel), Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Sárgarépas sertésragu[1], Párolt rizs
		Energia: 570.96 Kcal / 2,386.61 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 866.17 Kcal / 3,620.59 KJ	Energia: 563.52 Kcal / 2,355.51 KJ	Energia: 658.53 Kcal / 2,752.66 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.91 g 20.95 g 5.05 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32.57 g 20.64 g 3.87 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.47 g 21.54 g 3.65 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.20 g 23.23 g 4.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.61 g 45.76 g 14.92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.38 g 19.56 g 3.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 27.02 g 18.83 g 4.26 g
		Szénhidrát Cukor Só 66.73 g 2.00 g 0.70 g	Szénhidrát Cukor Só 84.23 g 0.00 g 1.79 g	Szénhidrát Cukor Só 65.35 g 1.67 g 6.09 g	Szénhidrát Cukor Só 100.40 g 1.25 g 3.81 g	Szénhidrát Cukor Só 67.95 g 2.00 g 1.09 g	Szénhidrát Cukor Só 69.04 g 0.00 g 3.32 g	Szénhidrát Cukor Só 92.57 g 0.16 g 0.53 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 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 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: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 282.82 Kcal / 1,182.19 KJ	Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 512.22 Kcal / 2,141.08 KJ	Energia: 148.50 Kcal / 620.73 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.02 g 15.90 g 4.81 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.10 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.52 g 21.40 g 10.66 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.32 g 24.45 g 7.99 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.52 g 21.40 g 10.66 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.10 g 37.00 g 11.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.90 g 8.44 g 2.36 g
		Szénhidrát Cukor Só 3.29 g 0.00 g 0.95 g	Szénhidrát Cukor Só 17.24 g 16.20 g 1.20 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só 8.43 g 0.00 g 0.13 g



(50028) G:
TRANSPLA
NT
GLUTÉNMEN
TES

				3.04 g	12.00 g	0.10 g				1.49 g	0.00 g	2.13 g				3.04 g	12.00 g	0.10 g				20.84 g	16.20 g	3.50 g			
Reggeli	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Körözött, szívószálas tej[7, (1)], Gluténmentes kenyér(7)			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi, margarin[6], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Vadász,margarin, szívószálas tej[7, (1,6)], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Diab minijam, margarin, szívószálas tej [7,15], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Cs.sonka, margarin [6], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, szívószálas tej[7, (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.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						
	32.29 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], Sertéssült LÉ[9, (3)], Almamártás GMTM(12), Főtt burg. 1/2 [12]			Csontleves tésztabetét nélkül [9], Sült csirkemell GM, Párolt rizs 1/2 adag, Párolt sárgarépa 1/2 adag**[6,7]								
	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: 421.50 Kcal / 1,761.87 Kj			Energia: 461.43 Kcal / 1,928.78 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	7.06 g	7.06 g	0.76 g	26.24 g	14.65 g	2.83 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	82.35 g	24.88 g	0.45 g	54.28 g	0.00 g	2.94 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	Kenőmájas, p.sonka, zöldség (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: 223.19 Kcal / 932.93 Kj			Energia: 194.69 Kcal / 813.80 Kj			Energia: 325.60 Kcal / 1,361.01 Kj			Energia: 83.10 Kcal / 347.36 Kj			Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 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	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav						
	17.05 g	15.31 g	6.79 g	11.22 g	13.73 g	5.74 g	6.50 g	24.20 g	13.00 g	0.78 g	8.64 g	2.88 g	6.22 g	24.48 g	13.14 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						
	3.27 g	0.00 g	1.39 g	7.48 g	0.00 g	1.20 g	7.66 g	12.00 g	0.10 g	0.14 g	0.10 g	0.28 g	7.38 g	12.00 g	0.10 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	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt [7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Kefír, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Kefír, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Kefír, Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt, szívószálas tej[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
		FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.70 g9.48 g3.05 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.70 g9.48 g3.05 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.70 g9.48 g3.05 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g
		SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.44 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.44 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.44 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g
	Ebéd	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, Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Sült csirkemell darált, Burgonyapüré TM [12]
		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: 492.74 Kcal / 2,059.65 KJ	Energia: 455.18 Kcal / 1,902.65 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 27.78 g12.22 g2.58 g
		SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.82 g2.00 g0.48 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g
	Vacsora	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Köleskása diab [7,15,(1)]
		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: 131.68 Kcal / 550.42 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 7.83 g3.49 g2.22 g
		SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 17.19 g1.99 g0.03 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50030) G: FEHÉRJESZ EGÉNY 40g	Reggeli	Tea[15], minijam +marg.+ 0% joghurt[7,(1)], Tk.stangli	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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3.76 g7.10 g2.00 g	16.26 g24.29 g5.31 g	6.18 g7.77 g1.97 g	8.60 g27.77 g15.97 g	21.39 g26.43 g9.02 g	4.62 g12.16 g5.08 g	20.34 g18.67 g5.68 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		21.28 g11.00 g0.20 g	51.42 g4.14 g2.16 g	43.12 g3.64 g0.66 g	34.36 g7.44 g0.74 g	51.96 g4.78 g1.99 g	14.10 g3.40 g0.26 g	59.50 g3.96 g2.40 g
	Ebéd	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Rántott gombafejek [1,3], Főtt burgonya [12], Ecetes cékla [15]	Reszelttészta leves diétás[1,3,9,(7)], Paradicsommártás [1,9], Főtt burgonya [12]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Bundás zsemle [1,3,7], Tökfőzelék [1,7]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Zöldborsópörkölt, Párolt rizs	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Burgonyakroket, Paradicsomos káposzta[1]	Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Pírtott dara[1]	Sütőtökrémleves [1,7], Rántott karfiol [1,(3,6,7,9,10,11)], Kuskusz[1]
		Energia: 561.66 Kcal / 2,347.74 KJ	Energia: 587.48 Kcal / 2,455.67 KJ	Energia: 651.92 Kcal / 2,725.03 KJ	Energia: 713.79 Kcal / 2,983.64 KJ	Energia: 863.50 Kcal / 3,609.43 KJ	Energia: 585.67 Kcal / 2,448.10 KJ	Energia: 522.29 Kcal / 2,183.17 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		16.74 g10.78 g0.99 g	14.03 g12.81 g1.45 g	18.01 g27.82 g3.52 g	20.85 g17.18 g2.23 g	11.17 g52.75 g6.46 g	26.93 g20.11 g3.96 g	13.79 g12.09 g2.09 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		96.84 g4.48 g1.34 g	101.75 g17.23 g1.54 g	72.80 g2.59 g6.29 g	110.96 g1.25 g3.59 g	84.48 g14.99 g3.04 g	69.79 g0.75 g3.34 g	85.54 g0.00 g0.72 g
	Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1,(5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1,(3,5,6,7)]	Alma	Piskóta szelet[1,3,(6,7,8)]	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: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	1.80 g1.40 g0.38 g	3.23 g10.64 g2.77 g	0.60 g0.60 g0.00 g	1.30 g3.90 g1.90 g	0.60 g0.60 g0.00 g	1.30 g3.90 g1.90 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	12.60 g2.70 g0.02 g	28.90 g13.60 g0.13 g	10.50 g8.93 g0.02 g	14.60 g8.60 g0.00 g	10.50 g8.93 g0.02 g	14.60 g8.60 g0.00 g
	Vacsora	Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Miniméz, margarin, kefir, sajtos stangli[1,7]	Főtt tojás +kockasajt +margarin[3,7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Lapkasajt, margarin, natúr joghurt, zöldség[7,(1)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Minijam+margarin +kefir, Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Tojás, natúr joghurt, margarin [3,7], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Sajtkrém, minijam, Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50030) G: FEHÉRJESZ EGÉNY 40g	Vacsora	Energia: 525.48 Kcal / 2,196.51 Kj			Energia: 343.42 Kcal / 1,435.50 Kj			Energia: 426.57 Kcal / 1,783.06 Kj			Energia: 443.67 Kcal / 1,854.54 Kj			Energia: 465.44 Kcal / 1,945.54 Kj			Energia: 479.67 Kcal / 2,005.02 Kj			Energia: 406.69 Kcal / 1,699.96 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
		24.69 g	22.23 g	11.03 g	10.35 g	13.23 g	7.58 g	16.64 g	15.25 g	4.92 g	16.08 g	14.02 g	5.88 g	14.40 g	12.48 g	5.04 g	20.00 g	17.00 g	6.14 g	14.33 g	8.00 g	4.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.84 g	0.80 g	2.62 g	47.89 g	16.20 g	1.38 g	53.96 g	0.00 g	1.50 g	60.86 g	0.10 g	1.58 g	71.24 g	0.00 g	1.40 g	59.20 g	0.00 g	1.50 g	67.61 g	0.00 g	1.30 g

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

Gazdaságvezető
dietetikus



Heti étlap 2026.08.10. - 2026.08.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50031) G: VEGA	Reggeli	Tea[15], Körözött [7,(1)], Tk.stangli	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)]
		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: 382.60 Kcal / 1,599.27 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.36 g 12.00 g 3.72 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12.30 g 14.48 g 6.35 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12.98 g 10.77 g 3.60 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.64 g 30.37 g 17.53 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 28.19 g 29.43 g 10.65 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.42 g 15.16 g 6.71 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.28 g 5.74 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 64.08 g 3.96 g 1.12 g
	Ebéd	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Rántott gombafejek [1,3], Főtt burgonya [12], Ecetes cékla [15]	Reszelttészta leves diétás[1,3,9, (7)], Rántott sajt [1,3,7], Paradicsommártás [1,9], Főtt burgonya [12]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Bundás zsemle [1,3,7], Tökfőzelék [1,7]	Nyírségi gombócleves [1,7], Zöldborsópörkölt, Párolt rizs	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Burgonyakroket, Paradicsomos káposzta[1]	Zöldségleves [1,3,9,(7)], Darásmetélt ízzel [1,(12)]	Sütőtökrémleves [1,7], Rántott karfiol [1,(3,6,7,9,10,11)], Kuskusz[1]
		Energia: 561.66 Kcal / 2,347.74 KJ	Energia: 870.42 Kcal / 3,638.36 KJ	Energia: 651.92 Kcal / 2,725.03 KJ	Energia: 713.79 Kcal / 2,983.64 KJ	Energia: 863.50 Kcal / 3,609.43 KJ	Energia: 849.92 Kcal / 3,552.67 KJ	Energia: 522.29 Kcal / 2,183.17 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.74 g 10.78 g 0.99 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32.87 g 34.70 g 13.91 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.01 g 27.82 g 3.52 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 20.85 g 17.18 g 2.23 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.17 g 52.75 g 6.46 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.17 g 18.08 g 1.97 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.79 g 12.09 g 2.09 g
		Szénhidrát Cukor Só 96.84 g 4.48 g 1.34 g	Szénhidrát Cukor Só 102.84 g 17.23 g 3.19 g	Szénhidrát Cukor Só 72.80 g 2.59 g 6.29 g	Szénhidrát Cukor Só 110.96 g 1.25 g 3.59 g	Szénhidrát Cukor Só 84.48 g 14.99 g 3.04 g	Szénhidrát Cukor Só 151.67 g 57.23 g 5.39 g	Szénhidrát Cukor Só 85.54 g 0.00 g 0.72 g
	Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]	Sajtos pogácsa [1,7,(12)]	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]	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: 307.03 Kcal / 1,283.39 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 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 1.80 g 1.40 g 0.38 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 3.23 g 10.64 g 2.77 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.06 g 21.61 g 5.91 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 1.30 g 3.90 g 1.90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 1.30 g 3.90 g 1.90 g
		Szénhidrát Cukor Só 10.50 g 8.93 g 0.02 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 22.25 g 0.00 g 1.30 g	Szénhidrát Cukor Só 14.60 g 8.60 g 0.00 g	Szénhidrát Cukor Só 10.50 g 8.93 g 0.02 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)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Miniméz, margarin, kefir, sajtos stangli[1,7]	Főtt tojás +kockasajt +margarin[3,7], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Lapkasajt, margarin, natúr joghurt, zöldség[7, (1)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tojáskrém, minijam[3,10,(12)], Kifli, sima[1,3,7,11]	Tojás, natúr joghurt, margarin [3,7], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Sajtkrém, minijam, margarin, Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]
		Energia: 555.47 Kcal / 2,321.86 KJ	Energia: 343.42 Kcal / 1,435.50 KJ	Energia: 426.57 Kcal / 1,783.06 KJ	Energia: 443.67 Kcal / 1,854.54 KJ	Energia: 517.80 Kcal / 2,164.40 KJ	Energia: 479.67 Kcal / 2,005.02 KJ	Energia: 471.48 Kcal / 1,970.79 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		27.87 g22.21 g11.13 g	10.35 g13.23 g7.58 g	16.64 g15.25 g4.92 g	16.08 g14.02 g5.88 g	15.97 g13.07 g2.64 g	20.00 g17.00 g6.14 g	14.35 g15.00 g6.60 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		59.06 g8.48 g2.73 g	47.89 g16.20 g1.38 g	53.96 g0.00 g1.50 g	60.86 g0.10 g1.58 g	83.08 g0.00 g2.12 g	59.20 g0.00 g1.50 g	67.65 g0.00 g1.40 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, paprika[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: 466.77 Kcal / 1,951.10 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		26.05 g16.54 g5.86 g	18.55 g17.48 g8.35 g	12.73 g10.81 g3.97 g	19.35 g13.02 g4.87 g	26.92 g25.00 g12.90 g	20.91 g16.50 g7.20 g	23.25 g8.92 g4.94 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		63.73 g0.64 g1.82 g	45.65 g0.32 g0.68 g	42.72 g0.32 g0.69 g	37.43 g0.32 g1.76 g	39.03 g1.12 g1.88 g	67.25 g0.64 g1.24 g	71.75 g0.64 g1.12 g
	Ebéd	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Rántott gombafejek [1,3], Főtt burgonya [12], Tavaszi vegy. savanyú	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]	Nyírségi gombóc leves [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	Tarhonyaleves [1,3,12], Rakott zöldbab [7,(1,6)]	Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Piritott dara[1]	Sütőtökrémleves [1,7], Sárgarépas sertésragu[1], Kuskusz[1]
		Energia: 536.66 Kcal / 2,243.24 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 607.30 Kcal / 2,538.51 KJ	Energia: 585.67 Kcal / 2,448.10 KJ	Energia: 653.69 Kcal / 2,732.42 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15.70 g10.70 g0.99 g	32.57 g20.64 g3.87 g	26.47 g21.54 g3.65 g	30.20 g23.23 g4.59 g	36.14 g29.74 g6.93 g	26.93 g20.11 g3.96 g	31.18 g16.60 g4.20 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		92.12 g4.48 g1.14 g	84.23 g0.00 g1.79 g	65.35 g1.67 g6.09 g	100.40 g1.25 g3.81 g	73.84 g1.28 g1.51 g	69.79 g0.75 g3.34 g	90.63 g0.00 g1.03 g
	Uzsonna	Alma	Almapüré	Alma	Alma	Alma	Alma	Alma
		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	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	25.25 g25.25 g0.01 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		23.49 g21.98 g11.00 g	15.74 g13.02 g4.98 g	17.98 g15.79 g4.86 g	17.42 g14.56 g5.82 g	16.04 g13.06 g4.98 g	15.62 g16.77 g6.01 g	10.27 g14.81 g6.47 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó



(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,ub orka[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.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
		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	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], Sertéssült LÉ[9, (3)], Almamártás GMTM(12), Főtt burg. 1/2 [12]			Csontleves tésztabetét nélkül [9], Sült csirkemell GM, Párolt rizs 1/2 adag, Párolt sárgarépa 1/2 adag**[6,7]		
		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: 421.50 Kcal / 1,761.87 KJ			Energia: 461.43 Kcal / 1,928.78 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
		0.00 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	7.06 g	7.06 g	0.76 g	26.24 g	14.65 g	2.83 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	82.35 g	24.88 g	0.45 g	54.28 g	0.00 g	2.94 g
	Uzsonna	Alma			Almapüré			Almapüré			Alma			Alma			Alma			Alma		
		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			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
		0.60 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	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
	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: 272.50 Kcal / 1,139.05 KJ			Energia: 217.39 Kcal / 908.69 KJ			Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 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
		22.40 g	27.96 g	15.26 g	11.22 g	13.73 g	5.74 g	3.14 g	22.45 g	11.78 g	9.30 g	18.77 g	6.52 g	6.22 g	24.48 g	13.14 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
		1.97 g	0.80 g	2.61 g	7.48 g	0.00 g	1.20 g	2.42 g	12.00 g	0.10 g	2.24 g	0.10 g	1.46 g	7.38 g	12.00 g	0.10 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[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: 738.14 Kcal / 3,085.43 KJ	Energia: 827.93 Kcal / 3,460.75 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		20.17 g16.55 g3.67 g	19.27 g21.86 g5.22 g	21.32 g23.80 g6.31 g	20.17 g16.55 g3.67 g	13.25 g14.30 g2.77 g	20.17 g16.55 g3.67 g	21.69 g24.43 g6.41 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		137.21 g23.11 g4.01 g	138.38 g23.11 g3.78 g	123.51 g10.81 g4.31 g	124.41 g10.81 g4.01 g	135.97 g10.81 g2.91 g	124.41 g10.81 g4.01 g	125.51 g10.81 g4.09 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], Sertéssült LÉ[9, (3)], Almamártás GMTM(12), Főtt burg. 1/2 [12]	Csontleves tésztabetét nélkül [9], Sült csirkemell GM, Párolt rizs 1/2 adag, Párolt sárgarépa 1/2 adag**[6,7]
		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: 421.50 Kcal / 1,761.87 KJ	Energia: 461.43 Kcal / 1,928.78 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	7.06 g7.06 g0.76 g	26.24 g14.65 g2.83 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		0.00 g0.00 g0.20 g	0.00 g0.00 g0.20 g	0.00 g0.00 g0.20 g	0.00 g0.00 g0.20 g	0.00 g0.00 g0.20 g	82.35 g24.88 g0.45 g	54.28 g0.00 g2.94 g
	Uzsonna	Alma	Almapüré	Almapüré	Alma	Alma	Alma	Alma
		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	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 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: 305.86 Kcal / 1,278.49 KJ	Energia: 291.56 Kcal / 1,218.72 KJ	Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 226.36 Kcal / 946.18 KJ	Energia: 172.30 Kcal / 720.21 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		17.05 g15.31 g6.79 g	7.10 g9.25 g2.80 g	7.42 g24.80 g11.44 g	14.04 g24.51 g7.99 g	10.52 g21.40 g10.66 g	10.92 g19.30 g5.59 g	8.60 g8.40 g2.36 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		3.27 g0.00 g1.39 g	17.24 g16.20 g1.20 g	1.18 g12.00 g0.20 g	2.81 g0.00 g2.22 g	3.04 g12.00 g0.10 g	1.43 g0.00 g1.05 g	14.70 g0.00 g0.10 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 gyümölcsle[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 (2), 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: 449.95 Kcal / 1,880.79 KJ	Energia: 423.59 Kcal / 1,770.61 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.44 g0.74 g0.00 g	12.48 g2.62 g0.90 g	5.48 g0.37 g0.00 g	5.48 g0.37 g0.00 g	5.48 g0.37 g0.00 g	10.44 g0.74 g0.00 g	10.44 g0.74 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		103.16 g19.30 g1.70 g	80.66 g49.86 g1.95 g	59.58 g5.16 g0.85 g	66.86 g37.56 g0.85 g	59.58 g5.16 g0.85 g	97.64 g39.40 g1.70 g	90.36 g7.00 g1.70 g
	Ebéd	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Főtt burgonya[12]	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Párolt sárgarépa**	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Főtt burgonya[12]	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Párolt rizs	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Főtt burgonya[12]	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Párolt sárgarépa**	Szűrt leves, Sült csirkemell zsírmentes[9], Párolt rizs
		Energia: 406.80 Kcal / 1,700.42 KJ	Energia: 258.09 Kcal / 1,078.82 KJ	Energia: 406.80 Kcal / 1,700.42 KJ	Energia: 451.92 Kcal / 1,889.03 KJ	Energia: 448.76 Kcal / 1,875.82 KJ	Energia: 258.09 Kcal / 1,078.82 KJ	Energia: 451.92 Kcal / 1,889.03 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		23.60 g6.01 g0.75 g	20.05 g6.02 g0.78 g	23.60 g6.01 g0.75 g	23.00 g8.47 g1.04 g	23.60 g10.65 g1.28 g	20.05 g6.02 g0.78 g	23.00 g8.47 g1.04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		62.81 g2.24 g3.59 g	29.69 g0.00 g4.34 g	62.81 g2.24 g3.59 g	68.81 g0.00 g3.47 g	62.81 g2.24 g3.59 g	29.69 g0.00 g4.34 g	68.81 g0.00 g3.47 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g
	Vacsora	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g
		Cs.sonka, almapüre, zöldség, Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tauris cs.sonka 80g, Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Tauris cs.sonka 80g, Almapüre, Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tauris cs.sonka 80g, Kenyér 2 sz. [1,(6,7)], Zöldség 6dkg tv paprika	Tauris cs.sonka 80g, Almapüre, Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tauris cs.sonka 80g, Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Cs.sonka (2 db)[6], Almapüre, Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]
		Energia: 382.49 Kcal / 1,598.81 KJ	Energia: 263.00 Kcal / 1,099.34 KJ	Energia: 373.09 Kcal / 1,559.52 KJ	Energia: 275.74 Kcal / 1,152.59 KJ	Energia: 373.09 Kcal / 1,559.52 KJ	Energia: 263.00 Kcal / 1,099.34 KJ	Energia: 462.09 Kcal / 1,931.54 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		11.28 g1.46 g0.20 g	10.10 g1.00 g0.20 g	10.48 g1.38 g0.20 g	10.88 g1.20 g0.20 g	10.48 g1.38 g0.20 g	10.10 g1.00 g0.20 g	24.48 g5.88 g2.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		78.81 g25.25 g1.34 g	52.20 g0.00 g1.30 g	77.45 g25.25 g1.31 g	54.15 g0.00 g1.31 g	77.45 g25.25 g1.31 g	52.20 g0.00 g1.30 g	79.45 g25.25 g3.51 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,ub orka[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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		19.45 g13.54 g3.86 g	17.57 g16.10 g4.49 g	19.62 g18.04 g5.58 g	18.47 g10.79 g2.94 g	26.04 g22.77 g10.97 g	14.31 g13.50 g5.20 g	19.99 g18.67 g5.68 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		54.33 g0.64 g1.82 g	56.04 g0.64 g2.09 g	53.97 g0.64 g2.62 g	54.87 g0.64 g2.32 g	56.47 g1.44 g2.44 g	57.85 g0.64 g1.24 g	55.97 g0.64 g2.40 g
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Virslis rakott burgonya [3,7,(1)]	DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]	DOBOZ (leves +főétel), Nyírségi gombóclevés [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	DOBOZ (leves +főétel), Tarhonyaleves [1,3,12], Fasírtgolyó, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Piritott dara[1]	DOBOZ (leves +főétel), Sütőtökrémleves [1,7], Sárgarépás sertésragu[1], Kuskusz[1]
		Energia: 572.12 Kcal / 2,391.46 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 740.92 Kcal / 3,097.05 KJ	Energia: 585.67 Kcal / 2,448.10 KJ	Energia: 653.69 Kcal / 2,732.42 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		21.98 g19.87 g6.32 g	32.57 g20.64 g3.87 g	26.47 g21.54 g3.65 g	30.20 g23.23 g4.59 g	19.12 g38.47 g4.48 g	26.93 g20.11 g3.96 g	31.18 g16.60 g4.20 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		64.00 g3.51 g1.03 g	84.23 g0.00 g1.79 g	65.35 g1.67 g6.09 g	100.40 g1.25 g3.81 g	72.17 g2.24 g2.59 g	69.79 g0.75 g3.34 g	90.63 g0.00 g1.03 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 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: 550.80 Kcal / 2,302.34 KJ	Energia: 495.69 Kcal / 2,071.98 KJ	Energia: 603.49 Kcal / 2,522.59 KJ	Energia: 524.40 Kcal / 2,191.99 KJ	Energia: 425.00 Kcal / 1,776.50 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		31.25 g24.05 g11.92 g	22.66 g15.27 g5.88 g	14.58 g23.99 g11.92 g	20.74 g20.31 g6.66 g	17.66 g26.02 g13.28 g	21.44 g20.24 g7.29 g	24.09 g9.94 g5.10 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		57.86 g1.44 g3.09 g	61.16 g0.64 g2.32 g	56.10 g12.64 g1.22 g	55.92 g0.74 g2.58 g	61.06 g12.64 g1.22 g	61.59 g0.64 g2.07 g	58.63 g0.64 g1.12 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50037) G: TEK TEJMENTES	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[15, (1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]	Tea[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: 320.38 Kcal / 1,339.19 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.82 g10.79 g2.94 g	27.42 g37.37 g11.70 g	13.90 g17.27 g5.51 g	13.10 g10.02 g2.87 g	6.48 g7.81 g1.97 g	18.82 g10.79 g2.94 g	20.34 g18.67 g5.68 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		71.20 g16.26 g2.32 g	55.30 g21.36 g4.35 g	39.93 g12.62 g2.06 g	44.36 g15.94 g1.76 g	49.65 g15.94 g0.69 g	71.20 g16.26 g2.32 g	59.50 g3.96 g2.40 g
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Főtt burgonya[12], Almafőtt[15]	DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék TM[1]	DOBOZ (leves +főétel), Nyírségi gombóclevés [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Főtt virsli 2 db, Főtt burgonya[12]	DOBOZ (leves +főétel), Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás tejmentes diabetikus[1,15], Piritott dara[1]	DOBOZ (leves +főétel), Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Sárgarépás sertésragu[1], Párolt rizs
		Energia: 604.66 Kcal / 2,527.48 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 872.72 Kcal / 3,647.97 KJ	Energia: 563.52 Kcal / 2,355.51 KJ	Energia: 658.53 Kcal / 2,752.66 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		27.88 g14.25 g3.16 g	32.57 g20.64 g3.87 g	24.70 g20.07 g3.15 g	30.20 g23.23 g4.59 g	31.34 g43.46 g13.56 g	26.38 g19.56 g3.70 g	27.02 g18.83 g4.26 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		88.85 g18.40 g0.70 g	84.23 g0.00 g1.79 g	66.98 g0.00 g4.03 g	100.40 g1.25 g3.81 g	73.91 g2.24 g1.09 g	69.04 g0.00 g3.32 g	92.57 g0.16 g0.53 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g
	Vacsora	Párizsi, p.sonka, margarin[6,(1,7)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Cs.sonka +margarin+diab méz[6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	P.sonka, margarin,tojás[3, (1,6,7)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Zala, párizsi, margarin, [6], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Párizsi (2),marg., [6], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	P.sonka (2 db), margarin(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]
		Energia: 478.55 Kcal / 2,000.34 KJ	Energia: 437.72 Kcal / 1,829.67 KJ	Energia: 449.12 Kcal / 1,877.32 KJ	Energia: 545.82 Kcal / 2,281.53 KJ	Energia: 558.05 Kcal / 2,332.65 KJ	Energia: 518.79 Kcal / 2,168.54 KJ	Energia: 438.31 Kcal / 1,832.14 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		24.12 g16.90 g5.01 g	17.20 g10.25 g3.00 g	24.02 g14.20 g3.80 g	23.42 g25.45 g8.19 g	20.62 g22.40 g10.86 g	21.12 g23.00 g7.00 g	27.12 g10.80 g3.02 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		55.49 g0.00 g2.25 g	69.44 g16.20 g2.50 g	54.58 g0.00 g1.50 g	53.69 g0.00 g3.43 g	55.24 g12.00 g1.40 g	54.54 g0.00 g3.10 g	56.44 g0.00 g1.40 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		22.00 g30.00 g9.80 g	22.00 g30.00 g9.80 g	32.60 g38.00 g14.16 g	28.00 g9.00 g3.60 g	22.00 g30.00 g9.80 g	28.00 g9.00 g3.60 g	31.20 g39.80 g14.56 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		4.60 g0.00 g4.10 g	4.60 g0.00 g4.10 g	0.40 g0.00 g6.30 g	4.00 g0.00 g5.10 g	4.60 g0.00 g4.10 g	4.00 g0.00 g5.10 g	1.20 g0.00 g5.42 g
	Ebéd	Szűrt leves, Sertéssült	Szűrt leves, Sertéssült	Szűrt leves, Sertéssült	Szűrt leves, Sertéssült		Szűrt leves, Sertéssült	Szűrt leves, Sertéssült
		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: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ	Energia: 523.97 Kcal / 2,190.19 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		52.37 g30.89 g8.19 g	52.37 g30.89 g8.19 g	52.37 g30.89 g8.19 g	52.37 g30.89 g8.19 g	g g g	52.37 g30.89 g8.19 g	52.37 g30.89 g8.19 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		8.30 g0.00 g0.71 g	8.30 g0.00 g0.71 g	8.30 g0.00 g0.71 g	8.30 g0.00 g0.71 g	g g g	8.30 g0.00 g0.71 g	8.30 g0.00 g0.71 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		68.00 g11.20 g3.68 g	28.00 g9.00 g3.60 g	27.80 g12.40 g3.40 g	31.20 g39.80 g14.56 g	68.00 g11.20 g3.68 g	21.80 g24.60 g7.38 g	34.00 g5.60 g1.84 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		16.80 g0.00 g0.00 g	4.00 g0.00 g4.40 g	4.68 g0.00 g0.20 g	1.20 g0.00 g4.72 g	16.80 g0.00 g0.00 g	2.78 g0.00 g1.90 g	8.40 g0.00 g0.00 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50039) G: EGYNAPOS SEBÉSZET	Ebéd	Párizsis szendvics,szívószál as[1,3,10,15,(13)]	Párizsis szendvics,szívószál as[1,3,10,15,(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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15.90 g24.29 g5.31 g	15.90 g24.29 g5.31 g	15.90 g24.29 g5.31 g	15.90 g24.29 g5.31 g	15.90 g24.29 g5.31 g	15.90 g24.29 g5.31 g	15.90 g24.29 g5.31 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		60.54 g13.12 g2.16 g	60.54 g13.12 g2.16 g	60.54 g13.12 g2.16 g	60.54 g13.12 g2.16 g	60.54 g13.12 g2.16 g	60.54 g13.12 g2.16 g	60.54 g13.12 g2.16 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g
	Vacsora	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Pástétom, margarin,ropi[1,6, (3,7)], Ropi[1,6], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]
		Energia: 628.78 Kcal / 2,628.30 KJ	Energia: 628.78 Kcal / 2,628.30 KJ	Energia: 628.78 Kcal / 2,628.30 KJ	Energia: 628.78 Kcal / 2,628.30 KJ	Energia: 628.78 Kcal / 2,628.30 KJ	Energia: 628.78 Kcal / 2,628.30 KJ	Energia: 822.78 Kcal / 3,439.22 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		20.38 g19.50 g6.45 g	20.38 g19.50 g6.45 g	20.38 g19.50 g6.45 g	20.38 g19.50 g6.45 g	20.38 g19.50 g6.45 g	20.38 g19.50 g6.45 g	25.28 g22.60 g7.95 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		90.30 g0.00 g3.94 g	90.30 g0.00 g3.94 g	90.30 g0.00 g3.94 g	90.30 g0.00 g3.94 g	90.30 g0.00 g3.94 g	90.30 g0.00 g3.94 g	126.00 g0.00 g5.74 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50041) G: ÉRSEBÉSZE T HIDEG EBÉD	Vacsora	Párizsi, margarin, kefir, 100%-os gyümölcslé[6,15], Zsemle[1]	Párizsi, margarin, kefir, 100%-os gyümölcslé[6,15], Zsemle[1]	Párizsi, margarin, kefir, 100%-os gyümölcslé[6,15], Zsemle[1]	Párizsi, margarin, kefir, 100%-os gyümölcslé[6,15], Zsemle[1]	Párizsi, margarin, kefir, 100%-os gyümölcslé[6,15], Zsemle[1]	Párizsi, margarin, kefir, 100%-os gyümölcslé[6,15], Zsemle[1]	Párizsi, margarin, kefir, 100%-os gyümölcslé[6,15], 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	Energia: 449.44 Kcal / 1,878.66 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		19.64 g19.72 g7.29 g	19.64 g19.72 g7.29 g	19.64 g19.72 g7.29 g	19.64 g19.72 g7.29 g	19.64 g19.72 g7.29 g	19.64 g19.72 g7.29 g	14.68 g19.35 g7.29 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		81.99 g15.98 g2.65 g	81.99 g15.98 g2.65 g	81.99 g15.98 g2.65 g	81.99 g15.98 g2.65 g	81.99 g15.98 g2.65 g	81.99 g15.98 g2.65 g	51.21 g14.14 g1.80 g

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

dietetikus

Gazdaságvezető



Heti étlap 2026.08.10. - 2026.08.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50011) G: SYNCUMAR	Reggeli	Tea[15], Tej[7], Körözött, 0%-os gyümölcsjoghurt[7, (1)], Tk.stangli	Tea[15], Tej[7], Párizsis szendvics [1,3,10,(13)]	Tea[15], Tej[7], Vadász szendvics, almapüre[1,3,10, (6,7,13)]	Tea[15], Tej[7], Cs.sonka, margarin, natúr joghurt[6,7], 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, lapkasajt,margarin, paprika[7,(1,6)], 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: 611.24 Kcal / 2,554.98 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	27.90 g 23.31 g 8.29 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	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	70.20 g 14.66 g 2.85 g
	Ebéd	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Bakonyi sertésragu [1,7], Főtt tészta[1]	Májgaluskaleves [1,9,(3,6,7,12)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	Karalábéleves [1,3,7], Pincepörkölt [12], Csalamádé(12)	Nyírségi gombóclevés [1,7], Sertéspörkölt[1], Kerti főzelék [1,7]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Fasírtgolyó, Paradicsomos káposzta[1]	Sertésraguleves [9], Darásmetélt ízzel[1,(12)]	Sütőtökrémleves [1,7], Csíki aprópecsenye (sertés)[1,3], Kuszkusz[1]
		Energia: 696.79 Kcal / 2,912.58 KJ	Energia: 800.19 Kcal / 3,344.79 KJ	Energia: 704.13 Kcal / 2,943.26 KJ	Energia: 621.36 Kcal / 2,597.28 KJ	Energia: 632.88 Kcal / 2,645.44 KJ	Energia: 867.66 Kcal / 3,626.82 KJ	Energia: 700.41 Kcal / 2,927.71 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
		33.57 g 22.90 g 5.29 g	41.05 g 23.37 g 8.62 g	29.69 g 29.11 g 5.13 g	29.90 g 28.63 g 6.28 g	15.16 g 39.34 g 2.87 g	27.43 g 20.45 g 3.41 g	34.05 g 18.58 g 4.43 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		83.22 g 0.83 g 2.57 g	101.76 g 1.85 g 5.25 g	75.64 g 2.83 g 3.57 g	54.70 g 1.25 g 3.85 g	48.12 g 14.99 g 4.74 g	140.70 g 57.23 g 4.33 g	95.01 g 0.00 g 2.72 g
	Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]	Sajtos pogácsa [1,7,(12)]	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]	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: 307.03 Kcal / 1,283.39 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
		0.60 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	4.06 g 21.61 g 5.91 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
		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	22.25 g 0.00 g 1.30 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)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Cs.sonka, margarin (2 db), kefir[6], sajtos stangli[1,7]	Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt (2db)[7,(1,6)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Zala,lapkasajt,marg .,paprika[7,(1,6)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tavaszi felvágott, margarin (2db), kefir(1,6,7), Kifli, sima[1,3,7,11]	Párizsi,marg.,nat.jo ghurt, főtt tojás [3,6,7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Sajtkrém,margari,p. sonka(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]
		Energia: 576.04 Kcal / 2,407.85 KJ	Energia: 387.28 Kcal / 1,618.83 KJ	Energia: 568.21 Kcal / 2,375.12 KJ	Energia: 545.18 Kcal / 2,278.85 KJ	Energia: 748.96 Kcal / 3,130.65 KJ	Energia: 575.17 Kcal / 2,404.21 KJ	Energia: 474.49 Kcal / 1,983.37 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



(50012) G: TEJMENTES		33.07 g	23.51 g	11.49 g	17.29 g	22.48 g	10.38 g	14.36 g	25.90 g	13.56 g	19.42 g	26.77 g	8.62 g	18.76 g	34.54 g	15.04 g	25.50 g	24.50 g	8.59 g	22.77 g	16.40 g	7.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		56.16 g	0.80 g	2.63 g	32.73 g	0.00 g	2.58 g	56.10 g	12.00 g	1.40 g	54.48 g	0.10 g	2.86 g	77.32 g	12.00 g	2.12 g	60.35 g	0.00 g	2.35 g	57.19 g	0.00 g	1.40 g
	Reggeli	Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]			Tea[15], Párizsis szendvics, szívószál as[1,3,10,15,(13)]			Tea[15], Vadász szendvics, szívószálas gyümölcsle[1,3,10,15,(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.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
		18.82 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	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Főtt burgonya[12], Ecetes cékla[15]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék TM[1]			Nyírségi gombóclevés [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli 2 db, Paradicsomos káposzta[1]			Sertésraguleves [9], Darásmetelt ízzel[1,(12)]			Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Csíki aprópecsenye (sertés)[1,3], Kuskusz[1]		
		Energia: 560.55 Kcal / 2,343.10 KJ			Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ			Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ			Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ			Energia: 791.59 Kcal / 3,308.85 KJ			Energia: 867.66 Kcal / 3,626.82 KJ			Energia: 704.51 Kcal / 2,944.85 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
		28.68 g	14.09 g	3.16 g	32.57 g	20.64 g	3.87 g	24.70 g	20.07 g	3.15 g	30.20 g	23.23 g	4.59 g	27.46 g	48.06 g	14.07 g	27.43 g	20.45 g	3.41 g	33.70 g	18.30 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		77.41 g	2.24 g	0.90 g	84.23 g	0.00 g	1.79 g	66.98 g	0.00 g	4.03 g	100.40 g	1.25 g	3.81 g	48.30 g	14.99 g	2.95 g	140.70 g	57.23 g	4.33 g	96.89 g	0.16 g	2.72 g
	Uzsonna	Alma			Almapüré			Alma			Alma			Alma			Alma			Alma		
		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			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	0.38 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
		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	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
	Vacsora	Pástétom, p.sonka, zöldség[1, (3,6,7)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Cs.sonka, margarin, miniméz [6], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]			Tavaszi felvágott, margarin, főtt tojás [3,(1,6,7)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Zala, párizsi, margarin, zöldség [6], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]			Tavaszi felvágott, p.sonka, margarin (1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Párizsi,marg.,tojás [3,6], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]			P.sonka, margarin, minijam(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]		
		Energia: 432.30 Kcal / 1,807.01 KJ			Energia: 437.72 Kcal / 1,829.67 KJ			Energia: 568.86 Kcal / 2,377.83 KJ			Energia: 554.56 Kcal / 2,318.06 KJ			Energia: 558.05 Kcal / 2,332.65 KJ			Energia: 489.36 Kcal / 2,045.52 KJ			Energia: 435.30 Kcal / 1,819.55 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
		24.56 g	10.86 g	3.51 g	17.20 g	10.25 g	3.00 g	17.52 g	25.80 g	11.64 g	24.14 g	25.51 g	8.19 g	20.62 g	22.40 g	10.86 g	21.02 g	20.30 g	5.79 g	18.70 g	9.40 g	2.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		57.68 g	0.00 g	2.06 g	69.44 g	16.20 g	2.50 g	53.38 g	12.00 g	1.50 g	55.01 g	0.00 g	3.52 g	55.24 g	12.00 g	1.40 g	53.63 g	0.00 g	2.35 g	66.90 g	0.00 g	1.40 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50013) G: DIAB- TEJMENTES 180g	Reggeli	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Párizsi, margarin +uborka[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Vadász, margarin, gyümölcsle[15, (1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Diab minijam, margarin [15], Korpás zsemle[1,(13)]	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, zöldség, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Zala, margarin, paprika, gyümölcsle[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 18.47 g 10.79 g 2.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.57 g 16.10 g 4.49 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.62 g 18.04 g 5.58 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.47 g 10.79 g 2.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.85 g 8.58 g 2.04 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.07 g 10.85 g 2.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.99 g 18.67 g 5.68 g
		Szénhidrát Cukor Só 67.67 g 12.94 g 2.32 g	Szénhidrát Cukor Só 68.84 g 12.94 g 2.09 g	Szénhidrát Cukor Só 66.77 g 12.94 g 2.62 g	Szénhidrát Cukor Só 67.67 g 12.94 g 2.32 g	Szénhidrát Cukor Só 72.96 g 12.94 g 1.25 g	Szénhidrát Cukor Só 68.69 g 12.94 g 2.34 g	Szénhidrát Cukor Só 68.77 g 12.94 g 2.40 g
	Ebéd	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Főtt burgonya[12], Ecetes cékla[15]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék TM[1]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli 2 db, Zöldbabfőzelékpür e TM[1]	Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás tejmentes diabetikus[1,15], Piritott dara[1]	Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Csíki aprópecsenye (sertés)[1,3], Kuszkusz[1]
		Energia: 560.55 Kcal / 2,343.10 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 767.69 Kcal / 3,208.94 KJ	Energia: 563.52 Kcal / 2,355.51 KJ	Energia: 704.51 Kcal / 2,944.85 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 28.68 g 14.09 g 3.16 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32.57 g 20.64 g 3.87 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 24.70 g 20.07 g 3.15 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.20 g 23.23 g 4.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32.06 g 43.76 g 13.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.38 g 19.56 g 3.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 33.70 g 18.30 g 4.23 g
		Szénhidrát Cukor Só 77.41 g 2.24 g 0.90 g	Szénhidrát Cukor Só 84.23 g 0.00 g 1.79 g	Szénhidrát Cukor Só 66.98 g 0.00 g 4.03 g	Szénhidrát Cukor Só 100.40 g 1.25 g 3.81 g	Szénhidrát Cukor Só 47.10 g 0.00 g 1.46 g	Szénhidrát Cukor Só 69.04 g 0.00 g 3.32 g	Szénhidrát Cukor Só 96.89 g 0.16 g 2.72 g
	Uzsonna	Alma	Almapüré	Alma	Alma	Alma	Alma	Alma
		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	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 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 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 10.50 g 8.93 g 0.02 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 10.50 g 8.93 g 0.02 g	Szénhidrát Cukor Só 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, párizsi, margarin, zöldség [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: 584.16 Kcal / 2,441.79 KJ	Energia: 569.86 Kcal / 2,382.01 KJ	Energia: 573.35 Kcal / 2,396.60 KJ	Energia: 504.66 Kcal / 2,109.48 KJ	Energia: 426.80 Kcal / 1,784.02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 25.90 g 11.40 g 3.45 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.54 g 10.79 g 2.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.86 g 26.34 g 11.58 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25.48 g 26.05 g 8.13 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.96 g 22.94 g 10.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.36 g 20.84 g 5.73 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 20.34 g 9.98 g 2.50 g
		Szénhidrát Cukor Só 59.16 g 0.64 g 1.88 g	Szénhidrát Cukor Só 70.92 g 16.84 g 2.32 g	Szénhidrát Cukor Só 54.86 g 12.64 g 1.32 g	Szénhidrát Cukor Só 56.49 g 0.64 g 3.34 g	Szénhidrát Cukor Só 56.72 g 12.64 g 1.22 g	Szénhidrát Cukor Só 55.11 g 0.64 g 2.17 g	Szénhidrát Cukor Só 62.11 g 0.64 g 1.25 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50014) G: LAKTÓZMENTES	Reggeli	Tea[15], Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1,(13)]	Tea[15], Párizsis szendvics,szívószál as[1,3,10,15,(13)]	Tea[15], Vadász szendvics, szívószálás gyümölcsle[1,3,10,15,(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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.82 g10.79 g2.94 g	16.26 g24.29 g5.31 g	18.46 g24.69 g5.41 g	12.75 g10.02 g2.87 g	6.18 g7.77 g1.97 g	19.42 g10.85 g2.94 g	20.34 g18.67 g5.68 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		71.20 g16.26 g2.32 g	64.22 g16.44 g2.16 g	64.22 g16.44 g2.42 g	40.83 g12.62 g1.76 g	55.92 g15.94 g0.66 g	72.22 g16.26 g2.34 g	72.30 g16.26 g2.40 g
	Ebéd	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Főtt burgonya[12], Ecetes cékla[15]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék TM[1]	Nyírségi gombóc leves [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli 2 db, Paradicsomos káposzta[1]	Sertésraguleves [9], Darásmetélt ízzel[1,(12)]	Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Csíki aprópecsenye (sertés)[1,3], Kuskusz[1]
		Energia: 560.55 Kcal / 2,343.10 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 791.59 Kcal / 3,308.85 KJ	Energia: 867.66 Kcal / 3,626.82 KJ	Energia: 704.51 Kcal / 2,944.85 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		28.68 g14.09 g3.16 g	32.57 g20.64 g3.87 g	24.70 g20.07 g3.15 g	30.20 g23.23 g4.59 g	27.46 g48.06 g14.07 g	27.43 g20.45 g3.41 g	33.70 g18.30 g4.23 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		77.41 g2.24 g0.90 g	84.23 g0.00 g1.79 g	66.98 g0.00 g4.03 g	100.40 g1.25 g3.81 g	48.30 g14.99 g2.95 g	140.70 g57.23 g4.33 g	96.89 g0.16 g2.72 g
	Uzsonna	Alma	Almapüré	Alma	Alma	Alma	Alma	Alma
		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	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g	0.60 g0.60 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	25.25 g25.25 g0.01 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g	10.50 g8.93 g0.02 g
	Vacsora	Pástétom,joghurt LM, zöldség[1,7,(3,6)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Cs.sonka, margarin, laktózmentes joghurt[6,7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Tavaszi felvágott, margarin, főtt tojás [3,(1,6,7)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Zala, margarin, joghurt LM, paprika [7,(6)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Tavaszi felvágott, margarin, laktózmentes joghurt[7,(1,6)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Párizsi,marg.,tojás [3,6], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	P.sonka, margarin, laktózmentes gyüm.joghurt[7,(1,6)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]
		Energia: 476.80 Kcal / 1,993.02 KJ	Energia: 472.05 Kcal / 1,973.17 KJ	Energia: 568.86 Kcal / 2,377.83 KJ	Energia: 561.84 Kcal / 2,348.49 KJ	Energia: 602.55 Kcal / 2,518.66 KJ	Energia: 489.36 Kcal / 2,045.52 KJ	Energia: 482.81 Kcal / 2,018.15 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		22.55 g13.47 g5.30 g	23.61 g14.26 g5.25 g	17.52 g25.80 g11.64 g	25.13 g22.14 g7.99 g	18.61 g25.01 g12.65 g	21.02 g20.30 g5.79 g	25.11 g13.41 g4.81 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		64.31 g8.73 g2.42 g	61.97 g8.73 g2.86 g	53.38 g12.00 g1.50 g	63.07 g8.73 g2.94 g	61.87 g20.73 g1.76 g	53.63 g0.00 g2.35 g	63.07 g8.73 g1.76 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50015) G: DIAB LAKTÓZMEN TES	Reggeli	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Párizsi, margarin +uborka[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Vadász, margarin, gyümölcsle[15, (1,6,7)], Korpás zsemle[1,(13)]	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Diab minijam, margarin [15], Korpás zsemle[1,(13)]	Fekete tea, Cs.sonka, margarin, zöldség, 100%-os gyümölcsle[6,15], Korpás zsemle[1, (13)]	Fekete tea, Zala, margarin, paprika, gyümölcsle[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 18.47 g 10.79 g 2.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.57 g 16.10 g 4.49 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.62 g 18.04 g 5.58 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.47 g 10.79 g 2.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.85 g 8.58 g 2.04 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.07 g 10.85 g 2.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.99 g 18.67 g 5.68 g
		Szénhidrát Cukor Só 67.67 g 12.94 g 2.32 g	Szénhidrát Cukor Só 68.84 g 12.94 g 2.09 g	Szénhidrát Cukor Só 66.77 g 12.94 g 2.62 g	Szénhidrát Cukor Só 67.67 g 12.94 g 2.32 g	Szénhidrát Cukor Só 72.96 g 12.94 g 1.25 g	Szénhidrát Cukor Só 68.69 g 12.94 g 2.34 g	Szénhidrát Cukor Só 68.77 g 12.94 g 2.40 g
	Ebéd	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Főtt burgonya[12], Ecetes cékla[15]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék TM[1]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli 2 db, Zöldbabfőzelék TM [1]	Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás tejmentes diabetikus[1,15], Piritott dara[1]	Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Csíki aprópecsenye (sertés)[1,3], Kuszkusz[1]
		Energia: 560.55 Kcal / 2,343.10 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 767.69 Kcal / 3,208.94 KJ	Energia: 563.52 Kcal / 2,355.51 KJ	Energia: 704.51 Kcal / 2,944.85 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 28.68 g 14.09 g 3.16 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32.57 g 20.64 g 3.87 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 24.70 g 20.07 g 3.15 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.20 g 23.23 g 4.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32.06 g 43.76 g 13.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.38 g 19.56 g 3.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 33.70 g 18.30 g 4.23 g
		Szénhidrát Cukor Só 77.41 g 2.24 g 0.90 g	Szénhidrát Cukor Só 84.23 g 0.00 g 1.79 g	Szénhidrát Cukor Só 66.98 g 0.00 g 4.03 g	Szénhidrát Cukor Só 100.40 g 1.25 g 3.81 g	Szénhidrát Cukor Só 47.10 g 0.00 g 1.46 g	Szénhidrát Cukor Só 69.04 g 0.00 g 3.32 g	Szénhidrát Cukor Só 96.89 g 0.16 g 2.72 g
	Uzsonna	Alma	Almapüré	Alma	Alma	Alma	Alma	Alma
		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	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 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.60 g 0.60 g 0.00 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 10.50 g 8.93 g 0.02 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 10.50 g 8.93 g 0.02 g	Szénhidrát Cukor Só 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: 584.16 Kcal / 2,441.79 KJ	Energia: 577.14 Kcal / 2,412.45 KJ	Energia: 617.85 Kcal / 2,582.61 KJ	Energia: 504.66 Kcal / 2,109.48 KJ	Energia: 498.11 Kcal / 2,082.10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.89 g 14.01 g 5.24 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 24.95 g 14.80 g 5.19 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.86 g 26.34 g 11.58 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.47 g 22.68 g 7.93 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.95 g 25.55 g 12.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.36 g 20.84 g 5.73 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.45 g 13.95 g 4.75 g



(50016) G: COLITIS	Reggeli	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	54.86 g	12.64 g	1.32 g	64.55 g	9.37 g	2.76 g	63.35 g	21.37 g	1.58 g	55.11 g	0.64 g	2.17 g	64.55 g	9.37 g	1.58 g
		Tea[15], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Párizsi, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Párizsi, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Párizsi, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Cs.sonka, margarin[6], Zsemle[1]			Tea[15], Zala, 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: 329.08 Kcal / 1,375.55 KJ			Energia: 428.38 Kcal / 1,790.63 KJ			Energia: 506.41 Kcal / 2,116.79 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	10.84 g	14.87 g	4.35 g	17.30 g	9.99 g	2.80 g	18.10 g	17.69 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
		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	35.65 g	5.16 g	1.80 g	66.28 g	7.00 g	2.90 g	65.58 g	7.00 g	2.98 g
	Ebéd	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Főtt burgonya[12]			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék TM[1]			Nyírségi gombócleves [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs			Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli 2 db, Főtt burgonya[12]			Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás tejmentes diabetikus[1,15], Piritott dara[1]			Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Sárgarépás sertésragu[1], Párolt rizs		
		Energia: 535.55 Kcal / 2,238.60 KJ			Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ			Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ			Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ			Energia: 830.76 Kcal / 3,472.58 KJ			Energia: 563.52 Kcal / 2,355.51 KJ			Energia: 658.53 Kcal / 2,752.66 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
		27.64 g	14.01 g	3.16 g	32.57 g	20.64 g	3.87 g	24.70 g	20.07 g	3.15 g	30.20 g	23.23 g	4.59 g	31.34 g	38.82 g	13.03 g	26.38 g	19.56 g	3.70 g	27.02 g	18.83 g	4.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		72.69 g	2.24 g	0.70 g	84.23 g	0.00 g	1.79 g	66.98 g	0.00 g	4.03 g	100.40 g	1.25 g	3.81 g	73.91 g	2.24 g	1.09 g	69.04 g	0.00 g	3.32 g	92.57 g	0.16 g	0.53 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)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Cs.sonka (2db), margarin[6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			P.sonka (2 db), margarin(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Zala, párizsi, margarin, [6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			P.sonka (2 db), margarin(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Párizsi (2),marg., [6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			P.sonka (2 db), margarin(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]		
		Energia: 478.55 Kcal / 2,000.34 KJ			Energia: 416.79 Kcal / 1,742.18 KJ			Energia: 438.31 Kcal / 1,832.14 KJ			Energia: 545.82 Kcal / 2,281.53 KJ			Energia: 438.31 Kcal / 1,832.14 KJ			Energia: 518.79 Kcal / 2,168.54 KJ			Energia: 438.31 Kcal / 1,832.14 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
		24.12 g	16.90 g	5.01 g	24.12 g	12.50 g	3.90 g	27.12 g	10.80 g	3.02 g	23.42 g	25.45 g	8.19 g	27.12 g	10.80 g	3.02 g	21.12 g	23.00 g	7.00 g	27.12 g	10.80 g	3.02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		55.49 g	0.00 g	2.25 g	54.24 g	0.00 g	3.60 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g	53.69 g	0.00 g	3.43 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g	54.54 g	0.00 g	3.10 g	56.44 g	0.00 g	1.40 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv20.68 g11.34 g3.95 g	FehérjeZsírT.Zsírsv20.62 g14.67 g4.43 g	FehérjeZsírT.Zsírsv15.72 g10.97 g3.95 g	FehérjeZsírT.Zsírsv22.12 g9.42 g2.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv15.72 g10.97 g3.95 g	FehérjeZsírT.Zsírsv27.08 g9.79 g2.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv22.98 g13.79 g5.14 g
		SzénhidrátCukorSó102.09 g7.00 g4.35 g	SzénhidrátCukorSó113.61 g23.66 g2.68 g	SzénhidrátCukorSó71.31 g5.16 g3.50 g	SzénhidrátCukorSó113.46 g23.66 g2.93 g	SzénhidrátCukorSó71.31 g5.16 g3.50 g	SzénhidrátCukorSó144.24 g25.50 g3.78 g	SzénhidrátCukorSó101.24 g7.00 g4.68 g
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Főtt burgonya[12]	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Párolt sárgarépa**	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Főtt burgonya[12]	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Párolt rizs	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Főtt virsli 2 db, Főtt burgonya[12]	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Rántott leves**[1], Sertéssült, Párolt rizs
		Energia: 477.28 Kcal / 1,995.03 KJ	Energia: 328.57 Kcal / 1,373.42 KJ	Energia: 477.28 Kcal / 1,995.03 KJ	Energia: 522.40 Kcal / 2,183.63 KJ	Energia: 735.38 Kcal / 3,073.89 KJ	Energia: 512.69 Kcal / 2,143.04 KJ	Energia: 522.40 Kcal / 2,183.63 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv25.50 g11.49 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv21.95 g11.50 g2.94 g	FehérjeZsírT.Zsírsv25.50 g11.49 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv24.90 g13.95 g3.20 g	FehérjeZsírT.Zsírsv28.61 g33.26 g12.44 g	FehérjeZsírT.Zsírsv24.77 g18.43 g4.80 g	FehérjeZsírT.Zsírsv24.90 g13.95 g3.20 g
		SzénhidrátCukorSó66.34 g2.24 g2.27 g	SzénhidrátCukorSó33.22 g0.00 g3.02 g	SzénhidrátCukorSó66.34 g2.24 g2.27 g	SzénhidrátCukorSó72.34 g0.00 g2.15 g	SzénhidrátCukorSó65.91 g2.24 g2.10 g	SzénhidrátCukorSó60.38 g2.00 g2.27 g	SzénhidrátCukorSó72.34 g0.00 g2.15 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv0.38 g0.38 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv0.38 g0.38 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv0.38 g0.38 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv0.38 g0.38 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv0.38 g0.38 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv0.38 g0.38 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv0.38 g0.38 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó25.25 g25.25 g0.01 g	SzénhidrátCukorSó25.25 g25.25 g0.01 g	SzénhidrátCukorSó25.25 g25.25 g0.01 g	SzénhidrátCukorSó25.25 g25.25 g0.01 g	SzénhidrátCukorSó25.25 g25.25 g0.01 g	SzénhidrátCukorSó25.25 g25.25 g0.01 g	SzénhidrátCukorSó25.25 g25.25 g0.01 g
	Vacsora	Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Cs.sonka (2 db)[6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Párizsi, Zala[6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Párizsi (2 adag)[6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Pulykasonka (2 db)(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]
		Energia: 373.52 Kcal / 1,561.31 KJ	Energia: 352.00 Kcal / 1,471.36 KJ	Energia: 373.52 Kcal / 1,561.31 KJ	Energia: 481.03 Kcal / 2,010.71 KJ	Energia: 373.52 Kcal / 1,561.31 KJ	Energia: 454.00 Kcal / 1,897.72 KJ	Energia: 373.52 Kcal / 1,561.31 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv27.10 g3.80 g1.12 g	FehérjeZsírT.Zsírsv24.10 g5.50 g2.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv27.10 g3.80 g1.12 g	FehérjeZsírT.Zsírsv23.40 g18.45 g6.29 g	FehérjeZsírT.Zsírsv27.10 g3.80 g1.12 g	FehérjeZsírT.Zsírsv21.10 g16.00 g5.10 g	FehérjeZsírT.Zsírsv27.10 g3.80 g1.12 g
		SzénhidrátCukorSó56.40 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó54.20 g0.00 g3.50 g	SzénhidrátCukorSó56.40 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó53.65 g0.00 g3.33 g	SzénhidrátCukorSó56.40 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó54.50 g0.00 g3.00 g	SzénhidrátCukorSó56.40 g0.00 g1.30 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, natúr 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, natúr joghurt,margarin[7], 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: 559.40 Kcal / 2,338.29 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		28.86 g21.08 g8.59 g	15.54 g14.10 g6.39 g	15.31 g10.90 g3.78 g	16.47 g8.14 g4.64 g	14.99 g6.49 g3.85 g	23.12 g20.98 g9.93 g	21.24 g15.80 g6.63 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		67.22 g13.92 g2.47 g	33.50 g3.32 g1.89 g	54.88 g21.60 g1.22 g	44.00 g13.92 g1.03 g	31.47 g15.91 g0.30 g	69.72 g13.92 g1.87 g	79.60 g13.92 g1.87 g
	Ebéd	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Sajtfelfűjt[1,3,6,7], Burgonyafőzelék püre[1,7,12]	Májgaluskaleves [1,9,(3,6,7,12)], Párizsifelfűjt[1,3], Paradicsommártás [1,9], Burgonyapüre TM 1/2 adag[6,7,12]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék püre [1]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Sonkafelfűjt[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli darált 2 adag, Zöldbabfőzelékpüre[1,7]	Húsleves [9,(3,7)], Darált sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Piritott dara[1]	Sütőtökrémleves [1,7], Vagdalt szelet[1,3], Burgonyapüre TM [12]
		Energia: 848.99 Kcal / 3,548.78 KJ	Energia: 919.81 Kcal / 3,844.81 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 637.39 Kcal / 2,664.29 KJ	Energia: 840.41 Kcal / 3,512.91 KJ	Energia: 583.26 Kcal / 2,438.03 KJ	Energia: 565.22 Kcal / 2,362.62 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		30.61 g36.20 g11.12 g	30.59 g36.41 g12.21 g	24.70 g20.07 g3.15 g	24.03 g24.28 g3.54 g	32.82 g49.16 g14.47 g	26.84 g20.07 g3.96 g	23.50 g22.04 g5.15 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		94.74 g2.51 g3.50 g	113.29 g18.34 g9.86 g	66.98 g0.00 g4.03 g	70.29 g2.54 g8.65 g	48.14 g1.04 g1.49 g	69.36 g0.75 g3.34 g	86.04 g2.00 g2.38 g
	Uzsonna	Almapüre	Puding[7]	Almapüre	Sajtos pogácsa [1,7,(12)]	Almapüre	Almapüre	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: 307.03 Kcal / 1,283.39 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 110.09 Kcal / 460.18 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.38 g0.38 g0.00 g	1.20 g2.40 g1.60 g	0.38 g0.38 g0.00 g	4.06 g21.61 g5.91 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	1.30 g3.90 g1.90 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		25.25 g25.25 g0.01 g	16.40 g13.00 g0.07 g	25.25 g25.25 g0.01 g	22.25 g0.00 g1.30 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	14.60 g8.60 g0.00 g
	Vacsora	Pástétom,margarin, reszelt sajt [1,7,(3,6)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Darált cs.sonka, margarin, kefir, Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Kockasajt2, margarin, [7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Lapkasajt + kefir[7,(1)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Tojáskrém, darált p.sonka[3,10,(1,6,7,12)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Reszelt tojás, margarin, natúr joghurt[3,7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Sajtkrém, p.sonka darált(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]
		Energia: 608.28 Kcal / 2,542.61 KJ	Energia: 479.51 Kcal / 2,004.35 KJ	Energia: 393.21 Kcal / 1,643.62 KJ	Energia: 366.71 Kcal / 1,532.85 KJ	Energia: 424.83 Kcal / 1,775.79 KJ	Energia: 479.67 Kcal / 2,005.02 KJ	Energia: 409.70 Kcal / 1,712.55 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		28.48 g29.90 g13.45 g	24.52 g14.16 g5.59 g	12.36 g12.90 g5.26 g	15.06 g7.12 g4.12 g	21.97 g12.41 g3.30 g	20.00 g17.00 g6.14 g	22.75 g9.40 g5.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó



(50019) G: FOLY-PÉPES		54.60 g	0.00 g	2.14 g	61.20 g	0.00 g	2.68 g	55.20 g	0.00 g	1.40 g	58.74 g	0.10 g	1.48 g	54.92 g	0.00 g	1.50 g	59.20 g	0.00 g	1.50 g	57.15 g	0.00 g	1.30 g
	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	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Burgonyafőzelék turmix[1,3,7,12]			Reszeltészta leves diétás pépes [1,3,9,(7)], Sárgarépafőzelék turmix [1,3,7]			Zöldségleves galuskával diétás pép[9,(3,7)], Tökfőzelék turmix [1,3,7]			Zöldségleves[1,3], Zöldségmártáspüre turmix[1,3,7,9]			Daragaluskaleves [1,3], Zöldbabfőzelék turmix[1,3,7]			Húsleves pépes [1,3,9], Almamártás turmix[1,7]			Sütőtökrémleves [1,7], Sárgarépafőzelék turmix [1,3,7]		
		Energia: 650.50 Kcal / 2,719.09 Kj			Energia: 394.70 Kcal / 1,649.85 Kj			Energia: 448.14 Kcal / 1,873.23 Kj			Energia: 412.58 Kcal / 1,724.58 Kj			Energia: 397.54 Kcal / 1,661.72 Kj			Energia: 434.39 Kcal / 1,815.75 Kj			Energia: 386.65 Kcal / 1,616.20 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
		21.24 g	21.94 g	3.25 g	14.23 g	21.49 g	3.70 g	18.08 g	14.56 g	2.75 g	14.66 g	18.86 g	3.09 g	18.40 g	12.32 g	2.15 g	23.60 g	8.79 g	2.81 g	12.76 g	20.03 g	4.22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	86.77 g	2.51 g	2.54 g	35.25 g	0.00 g	1.16 g	52.47 g	1.67 g	3.99 g	41.41 g	0.83 g	3.79 g	48.80 g	0.83 g	0.72 g	61.08 g	21.73 g	2.20 g	38.21 g	0.00 g	0.26 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, bébiétel[7]			Darált cs.sonka, margarin, kefir, Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			BÉBIÉTEL KLF., Darált pulykasonka (1,6,7)			Lapkasajt + kefir[7,(1)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Darált p.sonka,marg., bébiétel(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Reszelt tojás, margarin, natúr joghurt[3,7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]			Darált pulykasonka, bébiétel(1,6,7)		
		Energia: 191.91 Kcal / 802.18 Kj			Energia: 479.51 Kcal / 2,004.35 Kj			Energia: 108.37 Kcal / 452.99 Kj			Energia: 366.71 Kcal / 1,532.85 Kj			Energia: 383.05 Kcal / 1,601.15 Kj			Energia: 479.67 Kcal / 2,005.02 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	24.52 g	14.16 g	5.59 g	11.20 g	2.70 g	0.56 g	15.06 g	7.12 g	4.12 g	18.62 g	9.40 g	2.56 g	20.00 g	17.00 g	6.14 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	61.20 g	0.00 g	2.68 g	8.80 g	1.40 g	0.01 g	58.74 g	0.10 g	1.48 g	54.34 g	0.00 g	1.40 g	59.20 g	0.00 g	1.50 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, natúr 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		28.31 g21.08 g8.96 g	21.79 g17.10 g8.39 g	15.06 g10.94 g4.15 g	15.92 g8.14 g5.01 g	14.44 g6.49 g4.22 g	22.57 g20.98 g10.30 g	20.99 g15.84 g7.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		62.49 g0.00 g2.20 g	39.37 g0.00 g1.89 g	43.88 g7.68 g0.98 g	39.27 g0.00 g0.76 g	26.74 g1.99 g0.03 g	64.99 g0.00 g1.60 g	68.60 g0.00 g1.63 g
	Ebéd	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Sajtfelfűjt[1,3,6,7], Burgonyafőzelék püre[1,7,12]	Májgaluskaleves [1,9,(3,6,7,12)], Párizsifelfűjt[1,3], Burgonyapüre TM [12]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék püre [1]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Sonkafelfűjt[1,3], Zöldségmártáspüre [1,7,9]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli darált 2 adag, Zöldbabfőzelékpüre[1,7]	Húsleves [9,(3,7)], Darált sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Pírtott dara[1]	Sütőtökrémleves [1,7], Vagdalt szelet[1,3], Burgonyapüre TM [12]
		Energia: 848.99 Kcal / 3,548.78 KJ	Energia: 872.93 Kcal / 3,648.85 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 637.39 Kcal / 2,664.29 KJ	Energia: 840.41 Kcal / 3,512.91 KJ	Energia: 583.26 Kcal / 2,438.03 KJ	Energia: 565.22 Kcal / 2,362.62 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		30.61 g36.20 g11.12 g	30.74 g33.34 g12.07 g	24.70 g20.07 g3.15 g	24.03 g24.28 g3.54 g	32.82 g49.16 g14.47 g	26.84 g20.07 g3.96 g	23.50 g22.04 g5.15 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		94.74 g2.51 g3.50 g	107.96 g4.31 g9.47 g	66.98 g0.00 g4.03 g	70.29 g2.54 g8.65 g	48.14 g1.04 g1.49 g	69.36 g0.75 g3.34 g	86.04 g2.00 g2.38 g
	Uzsonna	Almapüre	Almapüre	Almapüre	Almapüre	Almapüre	Almapüre	Almapüre
		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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g	0.38 g0.38 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g	25.25 g25.25 g0.01 g
	Vacsora	Pástétom,margarin, reszelt sajt [1,7, (3,6)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Darált cs.sonka, margarin, kefir, Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Kockasajt2, margarin, [7], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Lapkasajt + kefir[7, (1)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tojáskrém, darált p.sonka[3,10, (1,6,7,12)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Reszelt tojás, margarin, natúr joghurt[3,7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Sajtkrém, p.sonka darált(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]
		Energia: 608.28 Kcal / 2,542.61 KJ	Energia: 479.51 Kcal / 2,004.35 KJ	Energia: 393.21 Kcal / 1,643.62 KJ	Energia: 366.71 Kcal / 1,532.85 KJ	Energia: 424.83 Kcal / 1,775.79 KJ	Energia: 479.67 Kcal / 2,005.02 KJ	Energia: 409.70 Kcal / 1,712.55 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		28.48 g29.90 g13.45 g	24.52 g14.16 g5.59 g	12.36 g12.90 g5.26 g	15.06 g7.12 g4.12 g	21.97 g12.41 g3.30 g	20.00 g17.00 g6.14 g	22.75 g9.40 g5.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		54.60 g0.00 g2.14 g	61.20 g0.00 g2.68 g	55.20 g0.00 g1.40 g	58.74 g0.10 g1.48 g	54.92 g0.00 g1.50 g	59.20 g0.00 g1.50 g	57.15 g0.00 g1.30 g



.....

Élelmezési

osztályvezető

.....

Vezető

dietetikus

.....

Gazdaságvezető



Heti étlap 2026.08.10. - 2026.08.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50021) G: TEJMENTES- PÉPES	Reggeli	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Párizsi darált, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Pástétom, margarin, gyümölcsle[1, 15, (3,6,7)], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Darált cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[15], Félbarna kenyér [1, (6)]	Tea[15], Minijam, margarin, gyümölcsle[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.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
		20.08 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	Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Darált sertéssült, Burgonyafőzelékpüre TM[1,12]	Reszelttészta leves diétás[1,3,9, (7)], Darált sertéssült, Paradicsommártás [1,9], Burgonyapüré TM 1/2 adag[6,7,12]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék püre TM [1]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Darált sertéssült, Zöldségmártáspüre tm[1,9]	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Főtt virsli darált 2 adag, Zöldbabfőzelékpüre TM[1]	Húsleves [9,(3,7)], Darált sertéssült, Almamártás tejmentes diabetikus[1,15], Piritott dara[1]	Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Vagdalt szelet[1,3], Burgonyapüré TM [12]
		Energia: 633.97 Kcal / 2,649.99 KJ	Energia: 646.91 Kcal / 2,704.08 KJ	Energia: 477.02 Kcal / 1,993.94 KJ	Energia: 568.17 Kcal / 2,374.95 KJ	Energia: 767.69 Kcal / 3,208.94 KJ	Energia: 561.11 Kcal / 2,345.44 KJ	Energia: 569.32 Kcal / 2,379.76 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
		28.75 g 23.45 g 4.34 g	27.09 g 26.99 g 5.53 g	24.70 g 20.07 g 3.15 g	25.97 g 26.12 g 4.90 g	32.06 g 43.76 g 13.59 g	26.29 g 19.52 g 3.70 g	23.15 g 21.76 g 4.95 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		75.22 g 1.44 g 2.07 g	72.13 g 16.03 g 1.65 g	66.98 g 0.00 g 4.03 g	50.65 g 1.25 g 4.16 g	47.10 g 0.00 g 1.46 g	68.61 g 0.00 g 3.32 g	87.92 g 2.16 g 2.38 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	Darált pulykasonka, margarin, pástétom [1,(3,6,7)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált cs.sonka, margarin, miniméz, Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált pulykasonka, margarin(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált párizsi, reszelt tojás, margarin[3], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Darált p.sonka(2 adag)+marg(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tojás, natúr joghurt[3], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Darált p.sonka(2 adag)+marg(1,6,7), Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]
		Energia: 490.04 Kcal / 2,048.37 KJ	Energia: 459.54 Kcal / 1,920.88 KJ	Energia: 438.32 Kcal / 1,832.18 KJ	Energia: 500.47 Kcal / 2,091.96 KJ	Energia: 438.32 Kcal / 1,832.18 KJ	Energia: 500.47 Kcal / 2,091.96 KJ	Energia: 438.32 Kcal / 1,832.18 KJ



(50022) G: FOLYADÉK		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
		23.98 g	17.80 g	5.41 g	20.40 g	9.68 g	2.65 g	27.12 g	10.80 g	3.01 g	21.47 g	21.90 g	6.78 g	27.12 g	10.80 g	3.01 g	21.47 g	21.90 g	6.78 g	27.12 g	10.80 g	3.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		56.70 g	0.00 g	2.14 g	70.96 g	16.20 g	2.68 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g	52.58 g	0.00 g	2.64 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g	52.58 g	0.00 g	2.64 g	56.44 g	0.00 g	1.40 g
	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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		23.60 g10.58 g6.24 g	23.60 g10.58 g6.24 g	23.88 g10.30 g6.10 g	23.88 g10.30 g6.10 g	23.60 g10.58 g6.24 g	23.60 g10.58 g6.24 g	23.88 g10.30 g6.10 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		66.54 g0.00 g1.50 g	66.54 g0.00 g1.50 g	66.82 g0.00 g1.50 g	66.82 g0.00 g1.50 g	66.54 g0.00 g1.50 g	66.54 g0.00 g1.50 g	66.82 g0.00 g1.50 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g	0.00 g0.00 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 g	12.80 g12.30 g0.00 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g	7.83 g3.49 g2.22 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g	17.19 g1.99 g0.03 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50024) G: KV- PÉPES	Reggeli	Tej[7], Tea[15], Körözött[7,(1)], Tk.stangli	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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15.16 g15.00 g5.35 g	23.06 g27.29 g6.94 g	25.26 g27.69 g7.04 g	24.87 g18.07 g8.04 g	28.19 g29.43 g10.65 g	11.42 g15.16 g6.71 g	27.14 g21.67 g7.31 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		14.78 g13.92 g0.97 g	62.02 g14.74 g2.43 g	62.02 g14.74 g2.69 g	62.06 g14.74 g2.63 g	62.56 g15.38 g2.26 g	24.70 g14.00 g0.53 g	70.10 g14.56 g2.67 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	22.10 g27.56 g11.79 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g	18.75 g18.88 g8.76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	86.33 g27.25 g0.44 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g	81.34 g27.25 g0.34 g
	Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1, (5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1, (3,5,6,7)]	Sajtos pogácsa [1,7,(12)]	Piskóta szelet[1,3, (6,7,8)]	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: 307.03 Kcal / 1,283.39 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 99.47 Kcal / 415.78 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.60 g0.60 g0.00 g	1.80 g1.40 g0.38 g	3.23 g10.64 g2.77 g	4.06 g21.61 g5.91 g	1.30 g3.90 g1.90 g	0.60 g0.60 g0.00 g	1.30 g3.90 g1.90 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10.50 g8.93 g0.02 g	12.60 g2.70 g0.02 g	28.90 g13.60 g0.13 g	22.25 g0.00 g1.30 g	14.60 g8.60 g0.00 g	10.50 g8.93 g0.02 g	14.60 g8.60 g0.00 g
	Vacsora	Pástétom, trapp. sajt, zöldség[1,7, (3,6)], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Cs.sonka, margarin, puding [6,7], sajtos stangli [1,7]	Tavaszi felvágott, margarin, kockasajt [7,(1,6)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Zala,lapkasajt,marg ,paprika[7,(1,6)], Kenyér 2 sz.[1, (6,7)]	Tojáskrém, tavaszi felvágott[3,7,10, (1,6,12)], Kifli, sima [1,3,7,11]	Párizsi, tojás, marg[3,6], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Sajtkrém, p.sonka (1,6,7), Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]
		Energia: 562.98 Kcal / 2,353.26 KJ	Energia: 330.87 Kcal / 1,383.04 KJ	Energia: 535.50 Kcal / 2,238.39 KJ	Energia: 480.39 Kcal / 2,008.03 KJ	Energia: 653.31 Kcal / 2,730.84 KJ	Energia: 489.36 Kcal / 2,045.52 KJ	Energia: 409.70 Kcal / 1,712.55 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		29.91 g23.51 g11.98 g	14.27 g13.40 g7.14 g	13.24 g23.45 g11.98 g	19.40 g19.77 g6.72 g	18.59 g26.70 g11.14 g	21.02 g20.30 g5.79 g	22.75 g9.40 g5.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		56.38 g0.80 g3.27 g	42.65 g13.00 g2.55 g	54.62 g12.00 g1.40 g	54.44 g0.10 g2.76 g	71.66 g12.21 g2.33 g	53.63 g0.00 g2.35 g	57.15 g0.00 g1.30 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50025) G: TRANSZPLA NTÁLT A	Reggeli	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Körözött, szívószálas tej[7, (1)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi, margarin,szívószál as tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Vadász,margarin, szívószálas tej[7, (1,6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Diab minijam, margarin, szívószálas tej [7,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, szívószálas tej[7, (6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM
		Energia: 376.05 Kcal / 1,571.89 KJ	Energia: 667.84 Kcal / 2,791.57 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 19.50 g 17.00 g 3.83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 33.52 g 42.00 g 11.81 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.67 g 21.50 g 5.55 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.52 g 14.25 g 2.91 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.90 g 12.04 g 2.01 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.52 g 14.25 g 2.91 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 20.04 g 22.13 g 5.65 g
		Szénhidrát Cukor Só 35.50 g 0.00 g 2.00 g	Szénhidrát Cukor Só 39.64 g 0.00 g 4.80 g	Szénhidrát Cukor Só 35.14 g 0.00 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 36.04 g 0.00 g 2.50 g	Szénhidrát Cukor Só 41.33 g 0.00 g 1.43 g	Szénhidrát Cukor Só 36.04 g 0.00 g 2.50 g	Szénhidrát Cukor Só 37.14 g 0.00 g 2.58 g
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Virslis rakott burgonya [3,7,(1)]	DOBOZ (leves +főétel), Májgaluskaleves [1,9,(3,6,7,12)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]	DOBOZ (leves +főétel), Nyírségi gombócleves [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	DOBOZ (leves +főétel), Tarhonyaleves [1,3,12], Fasírtgolyó, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Sertésraguleves [9], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Pirított dara[1]	DOBOZ (leves +főétel), Sütőtökrémleves [1,7], Sárgarépás sertésragu[1], Kuszkusz[1]
		Energia: 572.12 Kcal / 2,391.46 KJ	Energia: 800.19 Kcal / 3,344.79 KJ	Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 740.92 Kcal / 3,097.05 KJ	Energia: 717.74 Kcal / 3,000.15 KJ	Energia: 653.69 Kcal / 2,732.42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.98 g 19.87 g 6.32 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 41.05 g 23.37 g 8.62 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.47 g 21.54 g 3.65 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.20 g 23.23 g 4.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.12 g 38.47 g 4.48 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 39.76 g 29.31 g 6.20 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 31.18 g 16.60 g 4.20 g
		Szénhidrát Cukor Só 64.00 g 3.51 g 1.03 g	Szénhidrát Cukor Só 101.76 g 1.85 g 5.25 g	Szénhidrát Cukor Só 65.35 g 1.67 g 6.09 g	Szénhidrát Cukor Só 100.40 g 1.25 g 3.81 g	Szénhidrát Cukor Só 72.17 g 2.24 g 2.59 g	Szénhidrát Cukor Só 69.23 g 0.75 g 2.08 g	Szénhidrát Cukor Só 90.63 g 0.00 g 1.03 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 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 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: 325.60 Kcal / 1,361.01 KJ	Energia: 83.10 Kcal / 347.36 KJ	Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 KJ	Energia: 246.10 Kcal / 1,028.70 KJ	Energia: 146.70 Kcal / 613.21 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.88 g 16.80 g 5.21 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.22 g 13.73 g 5.74 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.50 g 24.20 g 13.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.78 g 8.64 g 2.88 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.22 g 24.48 g 13.14 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.00 g 18.70 g 7.15 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12.65 g 8.40 g 4.96 g
		Szénhidrát Cukor Só 4.50 g 0.00 g 0.84 g	Szénhidrát Cukor Só 7.48 g 0.00 g 1.20 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só 0.14 g 0.10 g 0.28 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só 4.95 g 0.00 g 0.00 g



(50026) G: TRANSPLANTÁLT D					7.66 g	12.00 g	0.10 g				7.38 g	12.00 g	0.10 g	7.91 g	0.00 g	0.95 g						
	Reggeli	Körözött, szívószálás tej[7, (1)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Párizsi, margarin,szívószál as tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Vadász,margarin, szívószálás tej[7, (1,6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálás tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Diab minijam, margarin, szívószálás tej [7,15], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Cs.sonka, margarin, szívószálás tej[6,7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, szívószálás tej[7, (6)], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM		
		Energia: 376.05 Kcal / 1,571.89 Kj			Energia: 667.84 Kcal / 2,791.57 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	33.52 g	42.00 g	11.81 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	39.64 g	0.00 g	4.10 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	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Virslis rakott burgonya [3,7,(1)]			Májgaluskaleves [1,9,(3,6,7,12)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]			Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]			Nyírségi gombócleves [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs			Tarhonyaleves [1,3,12], Rakott zöldbab [7,(1,6)]			Sertésraguleves [9], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Piritott dara[1]			Sütőtökrémleves [1,7], Csíki aprópecsenye (sertés)[1,3], Kuskusz[1]		
		Energia: 694.14 Kcal / 2,901.51 Kj			Energia: 800.19 Kcal / 3,344.79 Kj			Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 Kj			Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 Kj			Energia: 607.30 Kcal / 2,538.51 Kj			Energia: 717.74 Kcal / 3,000.15 Kj			Energia: 700.41 Kcal / 2,927.71 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
		26.44 g	23.27 g	6.48 g	41.05 g	23.37 g	8.62 g	26.47 g	21.54 g	3.65 g	30.20 g	23.23 g	4.59 g	36.14 g	29.74 g	6.93 g	39.76 g	29.31 g	6.20 g	34.05 g	18.58 g	4.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	82.09 g	3.75 g	1.55 g	101.76 g	1.85 g	5.25 g	65.35 g	1.67 g	6.09 g	100.40 g	1.25 g	3.81 g	73.84 g	1.28 g	1.51 g	69.23 g	0.75 g	2.08 g	95.01 g	0.00 g	2.72 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 (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: 325.60 Kcal / 1,361.01 Kj			Energia: 83.10 Kcal / 347.36 Kj			Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 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	6.50 g	24.20 g	13.00 g	0.78 g	8.64 g	2.88 g	6.22 g	24.48 g	13.14 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	7.66 g	12.00 g	0.10 g	0.14 g	0.10 g	0.28 g	7.38 g	12.00 g	0.10 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
(50027) G: TRANSZPLA NT TEJMENTES	Reggeli	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, 100%-os gyümölcsle[6,15], 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, ÜDÍTŐ 2 dl, DOBOZOS[15], Cs.sonka, margarin [6], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, gyümölcsle(6), Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM
		Energia: 162.74 Kcal / 680.25 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: 199.08 Kcal / 832.15 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.02 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.10 g 37.00 g 11.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.17 g 16.50 g 5.44 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.02 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.40 g 7.04 g 1.90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.02 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.54 g 17.13 g 5.54 g
		Szénhidrát Cukor Só 13.84 g 12.30 g 1.90 g	Szénhidrát Cukor Só 20.84 g 16.20 g 4.20 g	Szénhidrát Cukor Só 12.94 g 12.30 g 2.20 g	Szénhidrát Cukor Só 13.84 g 12.30 g 1.90 g	Szénhidrát Cukor Só 19.13 g 12.30 g 0.83 g	Szénhidrát Cukor Só 13.84 g 12.30 g 1.90 g	Szénhidrát Cukor Só 2.14 g 0.00 g 1.98 g
	Ebéd	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségkrémleves TM[1,9,(3,7)], Sertéssült, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Zöldséges sertésragu[1,9], Főtt tészta[1]	DOBOZ (leves +főétel), Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Vagdalt szelet[1,3], Tökfőzelék [1,7]	DOBOZ (leves +főétel), Nyírségi gombócleves [1,7], Tavaszi sertésragu [1], Párolt rizs	DOBOZ (leves +főétel), Reszelttészta leves [1,3,9,(7)], Főtt virslis 2 db, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Piritott dara[1], Almamártás tejmentes diabetikus[1,15]	DOBOZ (leves +főétel), Sütőtökrémleves tejmentes[1,12], Sárgarépas sertésragu[1], Párolt rizs
		Energia: 570.96 Kcal / 2,386.61 KJ	Energia: 664.06 Kcal / 2,775.77 KJ	Energia: 517.78 Kcal / 2,164.32 KJ	Energia: 762.63 Kcal / 3,187.79 KJ	Energia: 866.17 Kcal / 3,620.59 KJ	Energia: 563.52 Kcal / 2,355.51 KJ	Energia: 658.53 Kcal / 2,752.66 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.91 g 20.95 g 5.05 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32.57 g 20.64 g 3.87 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.47 g 21.54 g 3.65 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.20 g 23.23 g 4.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.61 g 45.76 g 14.92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.38 g 19.56 g 3.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 27.02 g 18.83 g 4.26 g
		Szénhidrát Cukor Só 66.73 g 2.00 g 0.70 g	Szénhidrát Cukor Só 84.23 g 0.00 g 1.79 g	Szénhidrát Cukor Só 65.35 g 1.67 g 6.09 g	Szénhidrát Cukor Só 100.40 g 1.25 g 3.81 g	Szénhidrát Cukor Só 67.95 g 2.00 g 1.09 g	Szénhidrát Cukor Só 69.04 g 0.00 g 3.32 g	Szénhidrát Cukor Só 92.57 g 0.16 g 0.53 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 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0.38 g 0.38 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 25.25 g 25.25 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 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: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 282.82 Kcal / 1,182.19 KJ	Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 512.22 Kcal / 2,141.08 KJ	Energia: 148.50 Kcal / 620.73 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.02 g 15.90 g 4.81 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.10 g 9.25 g 2.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.52 g 21.40 g 10.66 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.32 g 24.45 g 7.99 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.52 g 21.40 g 10.66 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.10 g 37.00 g 11.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.90 g 8.44 g 2.36 g
		Szénhidrát Cukor Só 3.29 g 0.00 g 0.95 g	Szénhidrát Cukor Só 17.24 g 16.20 g 1.20 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só 8.43 g 0.00 g 0.13 g



(50028) G:
TRANSZPLA
NT
GLUTÉNMEN
TES

				3.04 g	12.00 g	0.10 g	1.49 g	0.00 g	2.13 g	3.04 g	12.00 g	0.10 g	20.84 g	16.20 g	3.50 g						
Reggeli	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Körözött, szívószálas tej[7, (1)], Gluténmentes kenyér(7)			Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Párizsi, margarin[6], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Vadász,margarin, szívószálas tej[7, (1,6)], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Cs.sonka, margarin, szívószálas tej[6,7], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Diab minijam, margarin, szívószálas tej [7,15], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Cs.sonka, margarin [6], Gluténmentes kenyér(7)			Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Zala, margarin, szívószálas tej[7, (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.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
	32.29 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], Sertéssült LÉ[9, (3)], Almamártás GMTM(12), Főtt burg. 1/2 [12]			Csontleves tésztabetét nélkül [9], Sült csirkemell GM, Párolt rizs 1/2 adag, Párolt sárgarépa 1/2 adag**[6,7]		
	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: 421.50 Kcal / 1,761.87 Kj			Energia: 461.43 Kcal / 1,928.78 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	7.06 g	7.06 g	0.76 g	26.24 g	14.65 g	2.83 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	82.35 g	24.88 g	0.45 g	54.28 g	0.00 g	2.94 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	Kenőmájas, p.sonka, zöldség (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: 223.19 Kcal / 932.93 Kj			Energia: 194.69 Kcal / 813.80 Kj			Energia: 325.60 Kcal / 1,361.01 Kj			Energia: 83.10 Kcal / 347.36 Kj			Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 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	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.05 g	15.31 g	6.79 g	11.22 g	13.73 g	5.74 g	6.50 g	24.20 g	13.00 g	0.78 g	8.64 g	2.88 g	6.22 g	24.48 g	13.14 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
	3.27 g	0.00 g	1.39 g	7.48 g	0.00 g	1.20 g	7.66 g	12.00 g	0.10 g	0.14 g	0.10 g	0.28 g	7.38 g	12.00 g	0.10 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	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Tej 2dl[7], Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt [7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Kefír, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Kefír, szívószálas tej[7], Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Tej 2dl[7], Kefír, Félbarna kenyér csomagolt, 500 GRAMM	Ásványvíz, szénsavmentes 1,5l, Natúr joghurt, szívószálas tej[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
		FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.70 g9.48 g3.05 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.70 g9.48 g3.05 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.70 g9.48 g3.05 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 15.98 g9.20 g2.91 g
		SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.44 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.44 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.44 g0.00 g1.30 g	SzénhidrátCukorSó 41.72 g0.00 g1.30 g
	Ebéd	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, Darált sertéssült, Burgonyapüré TM [12]	DOBOZ (leves +főétel), Szűrt leves, Sült csirkemell darált, Burgonyapüré TM [12]
		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: 492.74 Kcal / 2,059.65 KJ	Energia: 455.18 Kcal / 1,902.65 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 24.77 g17.89 g4.69 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 27.78 g12.22 g2.58 g
		SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.41 g2.00 g0.50 g	SzénhidrátCukorSó 56.82 g2.00 g0.48 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 0.00 g0.00 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.80 g12.30 g0.00 g
	Vacsora	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Kefír (2db)	Köleskása diab [7,15,(1)]
		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: 131.68 Kcal / 550.42 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 8.40 g8.96 g5.88 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 7.83 g3.49 g2.22 g
		SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 12.88 g0.00 g0.00 g	SzénhidrátCukorSó 17.19 g1.99 g0.03 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(50030) G: FEHÉRJESZ EGÉNY 40g	Reggeli	Tea[15], minijam +marg.+ 0% joghurt[7,(1)], Tk.stangli	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.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
		3.76 g 7.10 g 2.00 g	16.26 g 24.29 g 5.31 g	6.18 g 7.77 g 1.97 g	8.60 g 27.77 g 15.97 g	21.39 g 26.43 g 9.02 g	4.62 g 12.16 g 5.08 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
		21.28 g 11.00 g 0.20 g	51.42 g 4.14 g 2.16 g	43.12 g 3.64 g 0.66 g	34.36 g 7.44 g 0.74 g	51.96 g 4.78 g 1.99 g	14.10 g 3.40 g 0.26 g	59.50 g 3.96 g 2.40 g
	Ebéd	Zöldborsókrémleves[1,7,9,12,(3)], Rántott gombafejek [1,3], Főtt burgonya [12], Ecetes cékla [15]	Reszelttészta leves diétás[1,3,9,(7)], Paradicsommártás [1,9], Főtt burgonya [12]	Zöldségleves galuskával[9,(3,7)], Bundás zsemle [1,3,7], Tökfőzelék [1,7]	Nyírségi gombóclevés [1,7], Zöldborsópörkölt, Párolt rizs	Reszelttészta leves[1,3,9,(7)], Burgonyakroket, Paradicsomos káposzta[1]	Húsleves [9,(3,7)], Sertéssült, Almamártás diabetikus[1,7,15], Pírtott dara[1]	Sütőtökrémleves [1,7], Rántott karfiol [1,(3,6,7,9,10,11)], Kuskusz[1]
		Energia: 561.66 Kcal / 2,347.74 KJ	Energia: 587.48 Kcal / 2,455.67 KJ	Energia: 651.92 Kcal / 2,725.03 KJ	Energia: 713.79 Kcal / 2,983.64 KJ	Energia: 863.50 Kcal / 3,609.43 KJ	Energia: 585.67 Kcal / 2,448.10 KJ	Energia: 522.29 Kcal / 2,183.17 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
		16.74 g 10.78 g 0.99 g	14.03 g 12.81 g 1.45 g	18.01 g 27.82 g 3.52 g	20.85 g 17.18 g 2.23 g	11.17 g 52.75 g 6.46 g	26.93 g 20.11 g 3.96 g	13.79 g 12.09 g 2.09 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		96.84 g 4.48 g 1.34 g	101.75 g 17.23 g 1.54 g	72.80 g 2.59 g 6.29 g	110.96 g 1.25 g 3.59 g	84.48 g 14.99 g 3.04 g	69.79 g 0.75 g 3.34 g	85.54 g 0.00 g 0.72 g
	Uzsonna	Alma	Müzli szelet[1,(5,6,7,8,11,12)]	Zabkeksz [1,(3,5,6,7)]	Alma	Piskóta szelet[1,3,(6,7,8)]	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: 52.18 Kcal / 218.11 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
		0.60 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	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
		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	10.50 g 8.93 g 0.02 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	Trapp. sajt,margarin, paprika[7,(1)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Miniméz, margarin, kefir, sajtos stangli[1,7]	Főtt tojás +kockasajt +margarin[3,7], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Lapkasajt, margarin, natúr joghurt, zöldség[7,(1)], Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]	Minijam+margarin +kefir, Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Tojás, natúr joghurt, margarin [3,7], Kenyér 2 sz. [1,(6,7)]	Sajtkrém, minijam, Kenyér 2 sz.[1,(6,7)]

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(50030) G: FEHÉRJESZ EGÉNY 40g	Vacsora	Energia: 525.48 Kcal / 2,196.51 Kj			Energia: 343.42 Kcal / 1,435.50 Kj			Energia: 426.57 Kcal / 1,783.06 Kj			Energia: 443.67 Kcal / 1,854.54 Kj			Energia: 465.44 Kcal / 1,945.54 Kj			Energia: 479.67 Kcal / 2,005.02 Kj			Energia: 406.69 Kcal / 1,699.96 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
		24.69 g	22.23 g	11.03 g	10.35 g	13.23 g	7.58 g	16.64 g	15.25 g	4.92 g	16.08 g	14.02 g	5.88 g	14.40 g	12.48 g	5.04 g	20.00 g	17.00 g	6.14 g	14.33 g	8.00 g	4.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.84 g	0.80 g	2.62 g	47.89 g	16.20 g	1.38 g	53.96 g	0.00 g	1.50 g	60.86 g	0.10 g	1.58 g	71.24 g	0.00 g	1.40 g	59.20 g	0.00 g	1.50 g	67.61 g	0.00 g	1.30 g

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

dietetikus

Gazdaságvezető

