

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Reggeli	(30300) Könnyű vegyes B	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Trapp.sajt0,05+ Margarin10, Zsemle**	Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, margarin+méz +papírtányér
		Energia: 496.65 Kcal / 2,076.00 Kj	Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 Kj	Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 Kj	Energia: 628.15 Kcal / 2,625.67 Kj	Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 Kj	Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 Kj	Energia: 499.30 Kcal / 2,087.07 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
		22.30 g 15.80 g 4.78 g	23.30 g 7.52 g 3.12 g	16.80 g 37.50 g 12.83 g	30.81 g 21.31 g 11.26 g	16.28 g 8.80 g 2.33 g	19.78 g 14.10 g 5.45 g	16.92 g 8.30 g 2.33 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	66.04 g 4.44 g 2.37 g	68.39 g 4.44 g 2.80 g	68.24 g 5.24 g 3.17 g	77.30 g 4.34 g 3.18 g	82.94 g 15.20 g 0.28 g	69.02 g 4.44 g 2.05 g	90.24 g 28.74 g 1.78 g	
(30301) Könnyű vegyes A	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, margarin+méz +papírtányér	
	Energia: 496.65 Kcal / 2,076.00 Kj	Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 Kj	Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 Kj	Energia: 628.15 Kcal / 2,625.67 Kj	Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 Kj	Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 Kj	Energia: 499.30 Kcal / 2,087.07 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	
	22.30 g 15.80 g 4.78 g	23.30 g 7.52 g 3.12 g	16.80 g 37.50 g 12.83 g	30.81 g 21.31 g 11.26 g	16.28 g 8.80 g 2.33 g	19.78 g 14.10 g 5.45 g	16.92 g 8.30 g 2.33 g	
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
66.04 g 4.44 g 2.37 g	68.39 g 4.44 g 2.80 g	68.24 g 5.24 g 3.17 g	77.30 g 4.34 g 3.18 g	82.94 g 15.20 g 0.28 g	69.02 g 4.44 g 2.05 g	90.24 g 28.74 g 1.78 g		
(30302) Diabetikus Kard.								



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap		
Reggeli	<b>(30302) Diabetikus Kard.</b>	Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi +Marg +papírtányér, Keserű tea, Zsemle, korpás **	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Hame pástétom+marg +papírtányér, Zsemle, korpás **	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányér	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diabdzsem+ Marg +papírtányér		
		Energia: 487.15 Kcal / 2,036.29 KJ	Energia: 420.97 Kcal / 1,759.65 KJ	Energia: 733.65 Kcal / 3,066.66 KJ	Energia: 577.59 Kcal / 2,414.33 KJ	Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 KJ	Energia: 468.31 Kcal / 1,957.54 KJ	Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 KJ		
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.50 g 15.54 g 4.92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.50 g 7.26 g 3.26 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.00 g 40.74 g 13.67 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 29.85 g 22.09 g 11.40 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.38 g 8.08 g 2.47 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.98 g 13.84 g 5.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.38 g 8.08 g 2.47 g		
		Szénhidrát Cukor Só 65.30 g 0.00 g 2.27 g	Szénhidrát Cukor Só 67.65 g 0.00 g 2.70 g	Szénhidrát Cukor Só 67.50 g 0.80 g 3.07 g	Szénhidrát Cukor Só 66.00 g 0.00 g 2.88 g	Szénhidrát Cukor Só 71.49 g 0.00 g 1.70 g	Szénhidrát Cukor Só 68.28 g 0.00 g 1.95 g	Szénhidrát Cukor Só 71.49 g 0.00 g 1.70 g		
	<b>(30303) Diab tejmentes</b>	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Főtt tojás+ Margarin+habtálca, Zöldség (uborka)	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányér	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Diabdzsem+ Marg +papírtányér		
		Energia: 399.15 Kcal / 1,668.45 KJ	Energia: 375.60 Kcal / 1,570.01 KJ	Energia: 557.65 Kcal / 2,330.98 KJ	Energia: 399.15 Kcal / 1,668.45 KJ	Energia: 332.10 Kcal / 1,388.18 KJ	Energia: 557.65 Kcal / 2,330.98 KJ	Energia: 332.10 Kcal / 1,388.18 KJ		
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.70 g 12.54 g 3.29 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15.10 g 9.89 g 2.08 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.20 g 27.04 g 5.14 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.70 g 12.54 g 3.29 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9.58 g 5.08 g 0.84 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.20 g 27.04 g 5.14 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9.58 g 5.08 g 0.84 g		
		Szénhidrát Cukor Só 54.70 g 0.00 g 2.00 g	Szénhidrát Cukor Só 55.69 g 0.00 g 1.56 g	Szénhidrát Cukor Só 54.90 g 0.00 g 2.02 g	Szénhidrát Cukor Só 54.70 g 0.00 g 2.00 g	Szénhidrát Cukor Só 60.89 g 0.00 g 1.43 g	Szénhidrát Cukor Só 54.90 g 0.00 g 2.02 g	Szénhidrát Cukor Só 60.89 g 0.00 g 1.43 g		
	<b>(30304) Kímélő</b>	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi +Marg +papírtányér, Zsemle**	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Hame pástétom +papírtányér, Zsemle**	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, margarin+méz +papírtányér		
		Energia: 537.71 Kcal / 2,247.63 KJ	Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 KJ	Energia: 752.56 Kcal / 3,145.70 KJ	Energia: 628.15 Kcal / 2,625.67 KJ	Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ	Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 KJ	Energia: 499.30 Kcal / 2,087.07 KJ		



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.																																		
Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav										
22.46 g			14.76 g	4.78 g	23.30 g			7.52 g	3.12 g	16.96 g			36.46 g	12.83 g	30.81 g			21.31 g	11.26 g	16.28 g			8.80 g	2.33 g	19.78 g			14.10 g	5.45 g	16.92 g			8.30 g	2.33 g
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só					
76.60 g			4.34 g	2.57 g	68.39 g			4.44 g	2.80 g	78.80 g			5.14 g	3.37 g	77.30 g			4.34 g	3.18 g	82.94 g			15.20 g	0.28 g	69.02 g			4.44 g	2.05 g	90.24 g			28.74 g	1.78 g
<b>(30305) Tejmentes</b>	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér				Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé				Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér				Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér				Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Dzsem+Marg +üditő+papír				Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér				Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Méz+Marg+üditő +papír									
	Energia: 408.65 Kcal / 1,708.16 Kj				Energia: 367.70 Kcal / 1,536.99 Kj				Energia: 567.15 Kcal / 2,370.69 Kj				Energia: 426.65 Kcal / 1,783.40 Kj				Energia: 500.66 Kcal / 2,092.76 Kj				Energia: 608.21 Kcal / 2,542.32 Kj				Energia: 546.29 Kcal / 2,283.49 Kj									
	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav				
	15.50 g			12.80 g	3.15 g	17.50 g			7.55 g	1.70 g	23.00 g			27.30 g	5.00 g	14.70 g			12.54 g	3.29 g	10.24 g			4.26 g	0.70 g	23.16 g			26.26 g	5.00 g	10.28 g			4.26 g
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só					
55.44 g			4.44 g	2.10 g	56.34 g			4.69 g	2.70 g	55.64 g			4.44 g	2.12 g	59.04 g			4.34 g	2.00 g	101.60 g			15.20 g	1.71 g	66.20 g			4.34 g	2.32 g	113.00 g			28.64 g	1.71 g
<b>(30306) Diabetikus Kímélő</b>	Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi +Marg +papírtányér, Zsemle, korpás **, Keserű tea				Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Zöldfűszeres túrókrém+papír				Tej uht 1,5% 1l-es**, Hame pástétom+marg +papírtányér, Zsemle, korpás **, Keserű tea				Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Trapp.sajt0,05+ Margarin10				Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin+papírtány				Zsemle**, Tej uht 1,5% 1l-es**, Keserű tea, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér				Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Diabdzsem+ Marg +papírtányér									
	Energia: 487.15 Kcal / 2,036.29 Kj				Energia: 420.97 Kcal / 1,759.65 Kj				Energia: 733.65 Kcal / 3,066.66 Kj				Energia: 600.65 Kcal / 2,510.72 Kj				Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 Kj				Energia: 491.37 Kcal / 2,053.93 Kj				Energia: 402.10 Kcal / 1,680.78 Kj									
	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje			Zsír	T.Zsírsvav				
	21.50 g			15.54 g	4.92 g	22.50 g			7.26 g	3.26 g	16.00 g			40.74 g	13.67 g	30.81 g			21.31 g	11.26 g	16.38 g			8.08 g	2.47 g	19.94 g			13.06 g	5.45 g	17.18 g			8.34 g
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só					
65.30 g			0.00 g	2.27 g	67.65 g			0.00 g	2.70 g	67.50 g			0.80 g	3.07 g	72.96 g			0.00 g	3.18 g	71.49 g			0.00 g	1.70 g	75.24 g			0.00 g	2.25 g	67.89 g			0.10 g	1.80 g



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

<b>(30308)</b> Gyermek könnyű vegyes	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Méz+Marg +gyüm.joghurt +papír
	Energia: 496.65 Kcal / 2,076.00 KJ	Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 KJ	Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 KJ	Energia: 587.09 Kcal / 2,454.04 KJ	Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ	Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 KJ	Energia: 543.58 Kcal / 2,272.16 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.30 g 15.80 g 4.78 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.30 g 7.52 g 3.12 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.80 g 37.50 g 12.83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.65 g 22.35 g 11.26 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.28 g 8.80 g 2.33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.78 g 14.10 g 5.45 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15.71 g 9.93 g 3.83 g
	Szénhidrát Cukor Só 66.04 g 4.44 g 2.37 g	Szénhidrát Cukor Só 68.39 g 4.44 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 68.24 g 5.24 g 3.17 g	Szénhidrát Cukor Só 66.74 g 4.44 g 2.98 g	Szénhidrát Cukor Só 82.94 g 15.20 g 0.28 g	Szénhidrát Cukor Só 69.02 g 4.44 g 2.05 g	Szénhidrát Cukor Só 97.60 g 39.13 g 2.00 g
<b>(30309)</b> Tejmentes pépes	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, FőtttojásRESZELT +marg+habt.	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, FőtttojásRESZELT +marg+habt.	Citromos tea 1liter INS., Dzsem+ Margarin +papírtányér, Zsemle**	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Méz+Marg+üdítő +papír
	Energia: 391.47 Kcal / 1,636.34 KJ	Energia: 379.22 Kcal / 1,585.14 KJ	Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 KJ	Energia: 379.22 Kcal / 1,585.14 KJ	Energia: 406.73 Kcal / 1,700.13 KJ	Energia: 391.47 Kcal / 1,636.34 KJ	Energia: 505.23 Kcal / 2,111.86 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.30 g 8.85 g 1.92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15.40 g 10.10 g 1.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.80 g 37.50 g 12.83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15.40 g 10.10 g 1.94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.24 g 4.26 g 0.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.30 g 8.85 g 1.92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.12 g 5.30 g 0.70 g
	Szénhidrát Cukor Só 55.54 g 4.44 g 2.06 g	Szénhidrát Cukor Só 55.58 g 4.44 g 1.64 g	Szénhidrát Cukor Só 68.24 g 5.24 g 3.17 g	Szénhidrát Cukor Só 55.58 g 4.44 g 1.64 g	Szénhidrát Cukor Só 78.80 g 15.20 g 1.71 g	Szénhidrát Cukor Só 55.54 g 4.44 g 2.06 g	Szénhidrát Cukor Só 102.44 g 28.74 g 1.51 g
<b>(30310)</b> Műtétés pépes	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kefír	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kefír	Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kefír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg,	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg,	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg,	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg,

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

	+papírtányér			+papírtányér			+papírtányér			Kefír+papírtányér			Kefír+papírtányér			Kefír+papírtányér			Kefír+papírtányér					
	Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 KJ			Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 KJ			Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 KJ			Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 KJ			Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 KJ			Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 KJ			Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 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	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	21.10 g	9.00 g	1.74 g	21.10 g	9.00 g	1.74 g	21.10 g	9.00 g	1.74 g	21.10 g	9.00 g	1.74 g	21.10 g	9.00 g	1.74 g	21.10 g	9.00 g	1.74 g	21.10 g	9.00 g	1.74 g	21.10 g	9.00 g	1.74 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	71.54 g	4.44 g	2.22 g	71.54 g	4.44 g	2.22 g	71.54 g	4.44 g	2.22 g	71.54 g	4.44 g	2.22 g	71.54 g	4.44 g	2.22 g	71.54 g	4.44 g	2.22 g	71.54 g	4.44 g	2.22 g	71.54 g	4.44 g	2.22 g
<b>(30311) Diab pépes</b>	Keserű tea, glut0sonka darált0,05+joghurt, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Keserű tea, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hamé pástétom 48gr**, Tej uht 1,5% 1l-es**			Keserű tea, Kenyér, telj.kiörl. 1kg**, Resz.sajt0,03+ Joghurt, Tej uht 1,5% 1l-es**			Keserű tea, Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin +papírtányér, Tej uht 1,5% 1l-es**			Keserű tea, Kenyér, telj.kiörl. 1kg**, Tej uht 1,5% 1l-es**, Regélő ZalaDARÁLT+Kefír +papír			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Diabdzsem+ Marg +papírtányér					
	Energia: 500.32 Kcal / 2,091.34 KJ			Energia: 402.97 Kcal / 1,684.41 KJ			Energia: 684.00 Kcal / 2,859.12 KJ			Energia: 520.86 Kcal / 2,177.19 KJ			Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 KJ			Energia: 417.20 Kcal / 1,743.90 KJ			Energia: 402.10 Kcal / 1,680.78 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	32.20 g	12.95 g	5.75 g	23.30 g	7.52 g	3.12 g	16.80 g	37.50 g	12.83 g	28.47 g	17.25 g	9.96 g	16.38 g	8.08 g	2.47 g	21.01 g	9.32 g	2.18 g	17.18 g	8.34 g	2.33 g	67.30 g	0.10 g	2.63 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			
67.30 g			64.05 g			63.90 g			63.47 g			71.49 g			63.15 g			67.89 g			67.89 g			
<b>(30312) Pépes könnyű vegyes</b>	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Trapp.sajt0,05+ Margarin10			Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Méz+Marg +gyüm.joghurt +papír					
	Energia: 496.65 Kcal / 2,076.00 KJ			Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 KJ			Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 KJ			Energia: 587.09 Kcal / 2,454.04 KJ			Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ			Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 KJ			Energia: 631.58 Kcal / 2,640.00 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	22.30 g	15.80 g	4.78 g	23.30 g	7.52 g	3.12 g	16.80 g	37.50 g	12.83 g	30.65 g	22.35 g	11.26 g	16.28 g	8.80 g	2.33 g	19.78 g	14.10 g	5.45 g	22.51 g	12.93 g	5.46 g	66.04 g	4.44 g	2.37 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			
66.04 g			68.39 g			68.24 g			66.74 g			82.94 g			69.02 g			108.20 g			108.20 g			

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

(30313) Foly-  
pépes

Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+joghurt			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldf. túrókrém +kefir+papír			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hamepástétom +kefir+papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Resz.sajt0,03+ Joghurt			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kalács nagy**, Gyümölcs joghurt 125 gr**			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Joghurt+ Kockasajt +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Gyüm.joghurt+ Méz +papírtány		
Energia: 483.82 Kcal / 2,022.37 KJ			Energia: 507.47 Kcal / 2,121.22 KJ			Energia: 788.50 Kcal / 3,295.93 KJ			Energia: 561.06 Kcal / 2,345.23 KJ			Energia: 488.78 Kcal / 2,043.10 KJ			Energia: 487.83 Kcal / 2,039.13 KJ			Energia: 555.93 Kcal / 2,323.79 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
28.80 g	11.45 g	4.93 g	27.60 g	11.72 g	3.23 g	21.10 g	41.70 g	12.94 g	29.21 g	17.83 g	9.89 g	18.39 g	8.43 g	3.94 g	22.39 g	12.30 g	6.09 g	19.11 g	7.93 g	3.94 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.34 g	4.44 g	2.49 g	73.99 g	4.44 g	3.25 g	73.84 g	5.24 g	3.62 g	71.92 g	4.44 g	2.80 g	82.70 g	14.73 g	0.62 g	72.98 g	4.44 g	2.21 g	102.90 g	39.13 g	2.13 g

(30314) Pépes

Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+joghurt			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hamepástétom +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Reszelt sajt0,03+margarin			Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Gyüm.joghurt+ Marg+papírtány		
Energia: 483.82 Kcal / 2,022.37 KJ			Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 KJ			Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 KJ			Energia: 512.71 Kcal / 2,143.13 KJ			Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ			Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 KJ			Energia: 533.43 Kcal / 2,229.74 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
28.80 g	11.45 g	4.93 g	23.30 g	7.52 g	3.12 g	16.80 g	37.50 g	12.83 g	25.11 g	16.73 g	7.69 g	16.28 g	8.80 g	2.33 g	19.78 g	14.10 g	5.45 g	22.39 g	12.93 g	5.46 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.34 g	4.44 g	2.49 g	68.39 g	4.44 g	2.80 g	68.24 g	5.24 g	3.17 g	66.42 g	4.44 g	2.50 g	82.94 g	15.20 g	0.28 g	69.02 g	4.44 g	2.05 g	83.90 g	14.83 g	2.26 g

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

(30315) TEK tejsmentes	Zsemle**, Keszű tea, Vák.Párizsi +Marg+papírtányér	Zsemle**, Keszű tea, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Keszű tea, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé	Zsemle**, Keszű tea, Vák.Párizsi +Marg+papírtányér	Keszű tea, Zsemle**, Diab.dzsem+ Margarin+papírtány	Keszű tea, Zsemle**, Vák.Zala + Margarin +papírtányér	Keszű tea, Zsemle**, Diabdzsem+ Marg +papírtányér
	Energia: 422.21 Kcal / 1,764.84 KJ	Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ	Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ	Energia: 422.21 Kcal / 1,764.84 KJ	Energia: 355.16 Kcal / 1,484.57 KJ	Energia: 580.71 Kcal / 2,427.37 KJ	Energia: 355.16 Kcal / 1,484.57 KJ
	Fehérje 15.66 g, Zsír 11.76 g, T.Zsírsvav 3.15 g	Fehérje 17.66 g, Zsír 6.51 g, T.Zsírsvav 1.70 g	Fehérje 17.50 g, Zsír 7.55 g, T.Zsírsvav 1.70 g	Fehérje 15.66 g, Zsír 11.76 g, T.Zsírsvav 3.15 g	Fehérje 10.54 g, Zsír 4.30 g, T.Zsírsvav 0.70 g	Fehérje 23.16 g, Zsír 26.26 g, T.Zsírsvav 5.00 g	Fehérje 10.54 g, Zsír 4.30 g, T.Zsírsvav 0.70 g
	Szénhidrát 61.66 g, Cukor 0.00 g, Só 2.30 g	Szénhidrát 62.56 g, Cukor 0.25 g, Só 2.90 g	Szénhidrát 52.00 g, Cukor 0.35 g, Só 2.70 g	Szénhidrát 61.66 g, Cukor 0.00 g, Só 2.30 g	Szénhidrát 67.85 g, Cukor 0.00 g, Só 1.73 g	Szénhidrát 61.86 g, Cukor 0.00 g, Só 2.32 g	Szénhidrát 67.85 g, Cukor 0.00 g, Só 1.73 g
(30316) Syncumar	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi +Marg +papírtányér, Zsemle**	Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Sov.sajt0,05+ Margarin10	Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Tej uht 1,5% 1l-es**, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Méz+ Margarin +papírtányér
	Energia: 537.71 Kcal / 2,247.63 KJ	Energia: 471.53 Kcal / 1,971.00 KJ	Energia: 463.95 Kcal / 1,939.31 KJ	Energia: 628.15 Kcal / 2,625.67 KJ	Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ	Energia: 518.87 Kcal / 2,168.88 KJ	Energia: 540.36 Kcal / 2,258.70 KJ
	Fehérje 22.46 g, Zsír 14.76 g, T.Zsírsvav 4.78 g	Fehérje 23.46 g, Zsír 6.48 g, T.Zsírsvav 3.12 g	Fehérje 24.30 g, Zsír 10.18 g, T.Zsírsvav 2.33 g	Fehérje 30.81 g, Zsír 21.31 g, T.Zsírsvav 11.26 g	Fehérje 16.28 g, Zsír 8.80 g, T.Zsírsvav 2.33 g	Fehérje 19.94 g, Zsír 13.06 g, T.Zsírsvav 5.45 g	Fehérje 17.08 g, Zsír 7.26 g, T.Zsírsvav 2.33 g
	Szénhidrát 76.60 g, Cukor 4.34 g, Só 2.57 g	Szénhidrát 78.95 g, Cukor 4.34 g, Só 3.00 g	Szénhidrát 68.74 g, Cukor 4.44 g, Só 1.77 g	Szénhidrát 77.30 g, Cukor 4.34 g, Só 3.18 g	Szénhidrát 82.94 g, Cukor 15.20 g, Só 0.28 g	Szénhidrát 79.58 g, Cukor 4.34 g, Só 2.25 g	Szénhidrát 100.80 g, Cukor 28.64 g, Só 1.98 g
(30318) Roboráló	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Pár+natúr sajtkrém+papírtá	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Hamepástétom +kefir+papírtányér, Kenyér szeletelt 0,10 kg	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kalács nagy**, Vák.Sonka +Margarin+dzsem +papír	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Kockasajt+Marg +jogh+papírtányé	Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Méz+Marg +gyüm.joghurt +papír, Citromos tea 1liter INS.
	Energia: 565.62 Kcal / 2,364.29	Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36	Energia: 788.50 Kcal / 3,295.93	Energia: 587.09 Kcal / 2,454.04	Energia: 539.22 Kcal / 2,253.94	Energia: 519.48 Kcal / 2,171.43	Energia: 631.58 Kcal / 2,640.00



## Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

	Kj			Kj			Kj			Kj			Kj			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
	26.23 g	19.94 g	8.18 g	23.30 g	7.52 g	3.12 g	21.10 g	41.70 g	12.94 g	30.65 g	22.35 g	11.26 g	23.78 g	11.05 g	3.33 g	22.39 g	15.80 g	6.79 g	22.51 g	12.93 g	5.46 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	70.11 g	4.44 g	2.96 g	68.39 g	4.44 g	2.80 g	73.84 g	5.24 g	3.62 g	66.74 g	4.44 g	2.98 g	83.94 g	15.45 g	1.48 g	72.98 g	4.44 g	2.21 g	108.20 g	39.13 g	2.27 g
<b>(30320) Epekímélő</b>	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi +Marg +papírtányér, Zsemle**			Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Hame pástétom +papírtányér, Kenyér szeletelt 0,10 kg			Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Trapp.sajt0,05+ Margarin10			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg, Méz+ Margarin +papírtányér		
	Energia: 537.71 Kcal / 2,247.63 Kj			Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 Kj			Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 Kj			Energia: 587.09 Kcal / 2,454.04 Kj			Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 Kj			Energia: 389.81 Kcal / 1,629.41 Kj			Energia: 411.30 Kcal / 1,719.23 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
	22.46 g	14.76 g	4.78 g	23.30 g	7.52 g	3.12 g	16.80 g	37.50 g	12.83 g	30.65 g	22.35 g	11.26 g	16.28 g	8.80 g	2.33 g	12.98 g	11.10 g	3.82 g	10.12 g	5.30 g	0.70 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	76.60 g	4.34 g	2.57 g	68.39 g	4.44 g	2.80 g	68.24 g	5.24 g	3.17 g	66.74 g	4.44 g	2.98 g	82.94 g	15.20 g	0.28 g	58.42 g	4.44 g	1.78 g	79.64 g	28.74 g	1.51 g
<b>(30321) Epekímélő Diab.</b>	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér, Zsemle, korpás **			Keserű tea, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Hame pástétom+marg +papírtányér, Kenyér szeletelt 0,10 kg			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Trapp.sajt0,05+ Margarin10			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányér			Keserű tea, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér			Keserű tea, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Diabdzsem+ Marg +papírtányér		
	Energia: 487.15 Kcal / 2,036.29 Kj			Energia: 402.97 Kcal / 1,684.41 Kj			Energia: 715.65 Kcal / 2,991.42 Kj			Energia: 559.59 Kcal / 2,339.09 Kj			Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 Kj			Energia: 362.31 Kcal / 1,514.46 Kj			Energia: 314.10 Kcal / 1,312.94 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	21.50 g	15.54 g	4.92 g	23.30 g	7.52 g	3.12 g	16.80 g	41.00 g	13.53 g	30.65 g	22.35 g	11.26 g	16.38 g	8.08 g	2.47 g	12.98 g	11.10 g	3.82 g	10.38 g	5.34 g	0.70 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		65.30 g	0.00 g	2.27 g	64.05 g	0.10 g	2.80 g	63.90 g	0.90 g	3.17 g	62.40 g	0.10 g	2.98 g	71.49 g	0.00 g	1.70 g	54.08 g	0.10 g	1.78 g	57.29 g	0.10 g	1.53 g	
<b>(30322)</b> <b>Energiaszegény</b>	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi +Kefir+papírtányér	Keserű tea, Zsemle, korpás **, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Keserű tea, Zsemle, korpás **, Tej uht 1,5% 1l-es**, Hame pástétom +papírtányér			Keserű tea, Zsemle, korpás **, Tej uht 1,5% 1l-es**, Sov.sajt0,03+Joghurt			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányér			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Kockasajt+ Margarin +papírtányér			Keserű tea, Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+kefir +papírtányér						
	Energia: 396.50 Kcal / 1,657.37 KJ	Energia: 284.97 Kcal / 1,191.17 KJ			Energia: 702.00 Kcal / 2,934.36 KJ			Energia: 341.68 Kcal / 1,428.22 KJ			Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 KJ			Energia: 249.98 Kcal / 1,044.92 KJ			Energia: 267.55 Kcal / 1,118.36 KJ						
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	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
	21.20 g 15.47 g 4.26 g	17.90 g 6.49 g 3.19 g	16.00 g 37.24 g 12.97 g	20.00 g 9.50 g 4.60 g	16.38 g 8.08 g 2.47 g	9.49 g 8.67 g 3.14 g	16.40 g 7.22 g 1.18 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	43.60 g 0.00 g 2.02 g	40.35 g 0.00 g 2.00 g	67.50 g 0.80 g 3.07 g	45.08 g 0.00 g 1.27 g	71.49 g 0.00 g 1.70 g	34.14 g 0.00 g 0.97 g	33.90 g 0.25 g 2.35 g																
<b>(30323)</b> <b>Fehérjeszegény</b>	Citromos tea 1liter INS., Vák.Párizsi +Marg +papírtányér, Zsemle**	Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Joghurt+Marg +Dzsem +papírtányér, Zöldség (uborka)			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Hame pástétom +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Méz+ Margarin +papírtányér			Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Dzsem+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Méz+ Margarin +papírtányér						
	Energia: 449.71 Kcal / 1,879.79 KJ	Energia: 345.08 Kcal / 1,442.43 KJ			Energia: 664.56 Kcal / 2,777.86 KJ			Energia: 452.36 Kcal / 1,890.86 KJ			Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ			Energia: 406.73 Kcal / 1,700.13 KJ			Energia: 452.36 Kcal / 1,890.86 KJ						
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	15.66 g 11.76 g 3.15 g	9.76 g 8.53 g 3.60 g	10.16 g 33.46 g 11.20 g	10.28 g 4.26 g 0.70 g	16.28 g 8.80 g 2.33 g	10.24 g 4.26 g 0.70 g	10.28 g 4.26 g 0.70 g	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	66.00 g 4.34 g 2.30 g	54.37 g 15.20 g 1.18 g	68.20 g 5.14 g 3.10 g	90.20 g 28.64 g 1.71 g	82.94 g 15.20 g 0.28 g	78.80 g 15.20 g 1.71 g	90.20 g 28.64 g 1.71 g																
<b>(30324)</b>	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5%	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5%			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**,			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5%			Citromos tea 1liter INS.,			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5%			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5%						

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

Gluténmentes	1l-es**, Kenyér,nephropán (glutén0) 0,20, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér			1l-es**, Kenyér,nephropán (glutén0) 0,20, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Kenyér,nephropán (glutén0) 0,20, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér			1l-es**, Kenyér,nephropán (glutén0) 0,20, Trapp.sajt0,05+ Margarin10			Kenyér,nephropán (glutén0) 0,20, Dzsem+Marg+ Joghurt+papírtányé			1l-es**, Kenyér,nephropán (glutén0) 0,20, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér			1l-es**, Kenyér,nephropán (glutén0) 0,20, Méz + Margarin +papírtányér					
		Energia: 782.38 Kcal / 3,270.35 KJ			Energia: 716.20 Kcal / 2,993.72 KJ			Energia: 940.88 Kcal / 3,932.88 KJ			Energia: 872.82 Kcal / 3,648.39 KJ			Energia: 731.40 Kcal / 3,057.25 KJ			Energia: 763.54 Kcal / 3,191.60 KJ			Energia: 785.03 Kcal / 3,281.43 KJ				
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	19.55 g	20.46 g	5.54 g	20.55 g	12.18 g	3.88 g	27.05 g	34.96 g	7.39 g	27.90 g	27.01 g	12.02 g	11.43 g	14.56 g	4.36 g	17.03 g	18.76 g	6.21 g	14.17 g	12.96 g	3.09 g	14.17 g	12.96 g	3.09 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	128.71 g	9.16 g	2.85 g	131.06 g	9.16 g	3.28 g	128.91 g	9.16 g	2.87 g	129.41 g	9.16 g	3.46 g	136.41 g	20.02 g	2.29 g	131.69 g	9.16 g	2.53 g	152.91 g	33.46 g	2.26 g	152.91 g	33.46 g	2.26 g
(30326) Transz A protokoll	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Vák.Párizsi+Marg +TEJ+papír			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Diab.dzsem+Marg +jogh+TEJ+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +marg+tej+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +TEJ+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Diab.dzsem+Marg +jogh+TEJ+papír, Kenyér szeletelt 0,10 kg			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, VákZala+marg +diabjam+tej+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, VákSonka+Mar+tej +didzsem+papír					
	Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ			Energia: 394.10 Kcal / 1,647.34 KJ			Energia: 627.65 Kcal / 2,623.58 KJ			Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ			Energia: 394.10 Kcal / 1,647.34 KJ			Energia: 568.10 Kcal / 2,374.66 KJ			Energia: 368.65 Kcal / 1,540.96 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	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	15.50 g	12.80 g	3.15 g	14.48 g	9.94 g	3.60 g	10.00 g	38.00 g	11.90 g	15.50 g	12.80 g	3.15 g	14.48 g	9.94 g	3.60 g	23.38 g	27.34 g	5.00 g	17.88 g	7.59 g	1.70 g	17.88 g	7.59 g	1.70 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	51.10 g	0.10 g	2.80 g	62.79 g	0.10 g	2.53 g	53.30 g	0.90 g	3.60 g	51.10 g	0.10 g	2.80 g	62.79 g	0.10 g	2.53 g	57.59 g	0.10 g	2.85 g	58.29 g	0.35 g	3.43 g	58.29 g	0.35 g	3.43 g
(30327) Diab purinszegény	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Keserű tea, Zsemle, korpás **, Tej uht 1,5% 1l-es**, Sov.sajt0,05+ Alma			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Trapp.sajt0,05+ Margarin10			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányé			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diabdzsem+ Marg +papírtányér					
	Energia: 487.15 Kcal / 2,036.29 KJ			Energia: 420.97 Kcal / 1,759.65 KJ			Energia: 457.59 Kcal / 1,912.73 KJ			Energia: 577.59 Kcal / 2,414.33 KJ			Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 KJ			Energia: 468.31 Kcal / 1,957.54 KJ			Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	21.50 g	15.54 g	4.92 g	22.50 g	7.26 g	3.26 g	23.90 g	6.82 g	1.77 g	29.85 g	22.09 g	11.40 g	16.38 g	8.08 g	2.47 g	18.98 g	13.84 g	5.59 g	16.38 g	8.08 g	2.47 g	16.38 g	8.08 g	2.47 g

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	65.30 g	0.00 g	2.27 g	67.65 g	0.00 g	2.70 g	75.00 g	0.00 g	1.68 g	66.00 g	0.00 g	2.88 g	71.49 g	0.00 g	1.70 g	68.28 g	0.00 g	1.95 g	71.49 g	0.00 g	1.70 g
<b>(30328) Transz D protokoll</b>	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Vák.Párizsi+Marg +TEJ+papír			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Diab.dzsem+Marg +jogh+TEJ+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +marg+tej+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +TEJ+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Diab.dzsem+Marg +jogh+TEJ+papír, Kenyér szeletelt 0,10 kg			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, VákZala+marg +diabjam+tej+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, VákSonka+Mar+tej +didzsem+papír		
	Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ			Energia: 394.10 Kcal / 1,647.34 KJ			Energia: 627.65 Kcal / 2,623.58 KJ			Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ			Energia: 394.10 Kcal / 1,647.34 KJ			Energia: 568.10 Kcal / 2,374.66 KJ			Energia: 368.65 Kcal / 1,540.96 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	15.50 g	12.80 g	3.15 g	14.48 g	9.94 g	3.60 g	10.00 g	38.00 g	11.90 g	15.50 g	12.80 g	3.15 g	14.48 g	9.94 g	3.60 g	23.38 g	27.34 g	5.00 g	17.88 g	7.59 g	1.70 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
51.10 g	0.10 g	2.80 g	62.79 g	0.10 g	2.53 g	53.30 g	0.90 g	3.60 g	51.10 g	0.10 g	2.80 g	62.79 g	0.10 g	2.53 g	57.59 g	0.10 g	2.85 g	58.29 g	0.35 g	3.43 g	
<b>(30329) Transz gluténmentes</b>	Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Ham-let rizs**, Vák.Párizsi +Marg+TEJ+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Abonett gluténmentes**, Diab.dzsem+Marg +jogh+TEJ+papír			Ham-let rizs**, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Vák.Zala +Marg+TEJ+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Abonett gluténmentes**, Vák.Párizsi+Marg +TEJ+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Ham-let rizs**, Diab.dzsem +Marg+jogh+TEJ +papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Abonett gluténmentes**, VákZala+marg +diabjam+tej+papír			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Ham-let rizs**, VákSonka +Mar+tej+didzsem +papír		
	Energia: 536.10 Kcal / 2,240.90 KJ			Energia: 483.60 Kcal / 2,021.45 KJ			Energia: 694.60 Kcal / 2,903.43 KJ			Energia: 470.65 Kcal / 1,967.32 KJ			Energia: 549.05 Kcal / 2,295.03 KJ			Energia: 657.60 Kcal / 2,748.77 KJ			Energia: 523.60 Kcal / 2,188.65 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
	12.90 g	15.60 g	3.15 g	22.81 g	11.74 g	3.89 g	20.40 g	30.10 g	5.00 g	23.83 g	14.60 g	3.44 g	11.88 g	12.74 g	3.60 g	31.71 g	29.14 g	5.29 g	15.28 g	10.39 g	1.70 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
83.10 g	0.00 g	1.30 g	73.61 g	0.00 g	2.09 g	83.30 g	0.00 g	1.32 g	61.92 g	0.00 g	2.36 g	94.79 g	0.00 g	1.03 g	68.41 g	0.00 g	2.41 g	90.29 g	0.25 g	1.93 g	
<b>(30330) Transz</b>	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Ásványvíz			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Ásványvíz			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér szeletelt 0,10 kg,			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Zsemle**,			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér			Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kenyér		
	Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ			Energia: 394.10 Kcal / 1,647.34 KJ			Energia: 627.65 Kcal / 2,623.58 KJ			Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ			Energia: 394.10 Kcal / 1,647.34 KJ			Energia: 568.10 Kcal / 2,374.66 KJ			Energia: 368.65 Kcal / 1,540.96 KJ		

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

tejmentes	1.5 lit mizsei**, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér	1.5 lit mizsei**, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányér	Vák.Zala+ Margarin +papírtányér	szeletelt 0,10 kg, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér	Vák.sonka+Marg +diab jam+papír	szeletelt 0,10 kg, Vák.Zala+marg +diab jam+papírt	szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka+Marg +diabdzsem+papír
	Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ	Energia: 314.10 Kcal / 1,312.94 KJ	Energia: 539.65 Kcal / 2,255.74 KJ	Energia: 381.15 Kcal / 1,593.21 KJ	Energia: 409.71 Kcal / 1,712.59 KJ	Energia: 568.10 Kcal / 2,374.66 KJ	Energia: 368.65 Kcal / 1,540.96 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15.50 g 12.80 g 3.15 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.38 g 5.34 g 0.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.00 g 27.30 g 5.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15.50 g 12.80 g 3.15 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.04 g 6.55 g 1.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.38 g 27.34 g 5.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.88 g 7.59 g 1.70 g
	Szénhidrát Cukor Só 51.10 g 0.10 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 57.29 g 0.10 g 2.23 g	Szénhidrát Cukor Só 51.30 g 0.10 g 2.82 g	Szénhidrát Cukor Só 51.10 g 0.10 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 68.85 g 0.25 g 3.63 g	Szénhidrát Cukor Só 57.59 g 0.10 g 2.85 g	Szénhidrát Cukor Só 58.29 g 0.35 g 3.43 g
(30332) Vegetáriánus	Zsemle, korpás **, Tej uht 1,5% 1l- es**, Citromos tea 1liter INS., Sajtkrém natúr+ papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Zsemle, korpás **, Tej uht 1,5% 1l- es**, Citromos tea 1liter INS., Sov.sajt0,05+ Alma	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Dzsem+ Margarin +papírtányér
	Energia: 488.12 Kcal / 2,040.34 KJ	Energia: 448.47 Kcal / 1,874.60 KJ	Energia: 485.09 Kcal / 2,027.68 KJ	Energia: 605.09 Kcal / 2,529.28 KJ	Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ	Energia: 495.81 Kcal / 2,072.49 KJ	Energia: 471.67 Kcal / 1,971.58 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.93 g 12.18 g 5.87 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.50 g 7.26 g 3.26 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.90 g 6.82 g 1.77 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 29.85 g 22.09 g 11.40 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.28 g 8.80 g 2.33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.98 g 13.84 g 5.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.08 g 8.04 g 2.47 g
	Szénhidrát Cukor Só 73.61 g 4.34 g 2.26 g	Szénhidrát Cukor Só 71.99 g 4.34 g 2.70 g	Szénhidrát Cukor Só 79.34 g 4.34 g 1.68 g	Szénhidrát Cukor Só 70.34 g 4.34 g 2.88 g	Szénhidrát Cukor Só 82.94 g 15.20 g 0.28 g	Szénhidrát Cukor Só 72.62 g 4.34 g 1.95 g	Szénhidrát Cukor Só 82.44 g 15.20 g 1.68 g
(30334) Enteritis	Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Vák.Párizsi +babapis+papír	Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Glut.0 sonka0,05+ Babapiskóta	Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+HT keksz+papír	Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Vák.Párizsi +babapis+papír	Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+HT keksz+papír	Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Vák.Zala +babapisk+papír	Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+HT keksz+papír
	Energia: 535.00 Kcal / 2,236.30 KJ	Energia: 517.82 Kcal / 2,164.49 KJ	Energia: 561.24 Kcal / 2,345.98 KJ	Energia: 535.00 Kcal / 2,236.30 KJ	Energia: 561.24 Kcal / 2,345.98 KJ	Energia: 693.50 Kcal / 2,898.83 KJ	Energia: 561.24 Kcal / 2,345.98 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.60 g 10.44 g 2.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 24.40 g 6.49 g 1.36 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.60 g 7.19 g 2.13 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.60 g 10.44 g 2.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.60 g 7.19 g 2.13 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.10 g 24.94 g 4.44 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.60 g 7.19 g 2.13 g
	Szénhidrát Cukor Só 51.10 g 0.10 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 57.29 g 0.10 g 2.23 g	Szénhidrát Cukor Só 51.30 g 0.10 g 2.82 g	Szénhidrát Cukor Só 51.10 g 0.10 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 68.85 g 0.25 g 3.63 g	Szénhidrát Cukor Só 57.59 g 0.10 g 2.85 g	Szénhidrát Cukor Só 58.29 g 0.35 g 3.43 g



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

	86.74 g	18.34 g	2.03 g	86.84 g	18.34 g	1.99 g	98.94 g	13.59 g	3.09 g	86.74 g	18.34 g	2.03 g	98.94 g	13.59 g	3.09 g	86.94 g	18.34 g	2.05 g	98.94 g	13.59 g	3.09 g			
<b>(30335)</b> <b>Mediátor</b>	Keserű tea, Zsemle**, Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé					
	Energia: 425.26 Kcal / 1,777.59 KJ			Energia: 425.26 Kcal / 1,777.59 KJ			Energia: 425.26 Kcal / 1,777.59 KJ			Energia: 469.26 Kcal / 1,961.51 KJ			Energia: 425.26 Kcal / 1,777.59 KJ			Energia: 425.26 Kcal / 1,777.59 KJ			Energia: 425.26 Kcal / 1,777.59 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	21.06 g	8.01 g	2.51 g	21.06 g	8.01 g	2.51 g	21.06 g	8.01 g	2.51 g	24.46 g	9.51 g	3.33 g	21.06 g	8.01 g	2.51 g	21.06 g	8.01 g	2.51 g	21.06 g	8.01 g	2.51 g	21.06 g	8.01 g	2.51 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
67.86 g 0.25 g 3.03 g			67.86 g 0.25 g 3.03 g			67.86 g 0.25 g 3.03 g			73.16 g 0.25 g 3.17 g			67.86 g 0.25 g 3.03 g			67.86 g 0.25 g 3.03 g			67.86 g 0.25 g 3.03 g						
<b>(30336)</b> <b>Colitis</b>	Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Sonka +babapis +papírtányér					
	Energia: 449.71 Kcal / 1,879.79 KJ			Energia: 408.76 Kcal / 1,708.62 KJ			Energia: 608.21 Kcal / 2,542.32 KJ			Energia: 449.71 Kcal / 1,879.79 KJ			Energia: 408.76 Kcal / 1,708.62 KJ			Energia: 608.21 Kcal / 2,542.32 KJ			Energia: 517.11 Kcal / 2,161.52 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	15.66 g	11.76 g	3.15 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	23.16 g	26.26 g	5.00 g	15.66 g	11.76 g	3.15 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	23.16 g	26.26 g	5.00 g	21.56 g	4.41 g	1.00 g	21.56 g	4.41 g	1.00 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só						
66.00 g 4.34 g 2.30 g			66.90 g 4.59 g 2.90 g			66.20 g 4.34 g 2.32 g			66.00 g 4.34 g 2.30 g			66.90 g 4.59 g 2.90 g			66.20 g 4.34 g 2.32 g			94.60 g 18.59 g 2.93 g						
<b>(30337)</b> <b>Zsírsegény</b>	Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Vák.Sonka+			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér			Citromos tea 1liter INS., Kenyér szeletelt 0,10 kg,			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Tej uht 1,5% 1l-es**,			Citromos tea 1liter INS., Zsemle, korpás **, Minidzsem 20g-os,			Citromos tea 1liter INS., Zsemle**, Tej uht 1,5% 1l-es**,			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Joghurt 140gr. 3,5%zs**,					

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

	Margarin +papírtányé	szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Tej uht 1,5% 1l-es**, Kefír +papírtányér	Sov.sajt0,03+Joghurt	diabetikus *, Joghurt 140gr. 3,5%zs**	Kockasajt+ Margarin +papírtányé	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Minijam 20 gr. 45% gyüm**
	Energia: 408.76 Kcal / 1,708.62 KJ	Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 KJ	Energia: 446.50 Kcal / 1,866.37 KJ	Energia: 528.24 Kcal / 2,208.04 KJ	Energia: 407.95 Kcal / 1,705.23 KJ	Energia: 480.54 Kcal / 2,008.66 KJ	Energia: 502.02 Kcal / 2,098.44 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.66 g 6.51 g 1.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.30 g 7.52 g 3.12 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21.10 g 9.00 g 1.74 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25.56 g 9.49 g 4.53 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.68 g 6.18 g 3.04 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.45 g 10.16 g 3.89 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 20.98 g 9.40 g 4.53 g
	Szénhidrát Cukor Só 66.90 g 4.59 g 2.90 g	Szénhidrát Cukor Só 68.39 g 4.44 g 2.80 g	Szénhidrát Cukor Só 71.54 g 4.44 g 2.22 g	Szénhidrát Cukor Só 83.68 g 4.34 g 2.27 g	Szénhidrát Cukor Só 70.73 g 4.34 g 1.73 g	Szénhidrát Cukor Só 78.04 g 4.34 g 2.11 g	Szénhidrát Cukor Só 84.34 g 15.30 g 2.08 g
<b>(30340) TEK</b>	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér, Zsemle**	Tej uht 1,5% 1l-es**, Keserű tea, Zsemle**, Zöldfűszeres túrókrém+papír	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Hame pástétom +papírtányér	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Kalács nagy**, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle**, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér	Keserű tea, Tej uht 1,5% 1l-es**, Zsemle, korpás **, Diabdzsem+ Marg +papírtányér
	Energia: 510.21 Kcal / 2,132.68 KJ	Energia: 444.03 Kcal / 1,856.05 KJ	Energia: 684.00 Kcal / 2,859.12 KJ	Energia: 600.65 Kcal / 2,510.72 KJ	Energia: 433.10 Kcal / 1,810.36 KJ	Energia: 518.87 Kcal / 2,168.88 KJ	Energia: 420.10 Kcal / 1,756.02 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.46 g 14.76 g 4.78 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.46 g 6.48 g 3.12 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.80 g 37.50 g 12.83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.81 g 21.31 g 11.26 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.58 g 8.84 g 2.33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.94 g 13.06 g 5.45 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.38 g 8.08 g 2.47 g
	Szénhidrát Cukor Só 72.26 g 0.00 g 2.57 g	Szénhidrát Cukor Só 74.61 g 0.00 g 3.00 g	Szénhidrát Cukor Só 63.90 g 0.90 g 3.17 g	Szénhidrát Cukor Só 72.96 g 0.00 g 3.18 g	Szénhidrát Cukor Só 71.99 g 0.00 g 0.30 g	Szénhidrát Cukor Só 79.58 g 4.34 g 2.25 g	Szénhidrát Cukor Só 71.49 g 0.00 g 1.70 g
<b>(30341) Folyadék</b>	Citromos tea 1liter INS., Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kefír +TEJ+papírtányér	Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Citromos tea 1liter INS., Kefír+TEJ +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kefír +TEJ+papírtányér	Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Citromos tea 1liter INS., Kefír+TEJ +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kefír +TEJ+papírtányér	Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Citromos tea 1liter INS., Kefír+TEJ +papírtányér	Citromos tea 1liter INS., Ásványvíz 1.5 lit mizsei**, Kefír +TEJ+papírtányér
	Energia: 104.50 Kcal / 436.81 KJ	Energia: 104.50 Kcal / 436.81 KJ	Energia: 104.50 Kcal / 436.81 KJ	Energia: 104.50 Kcal / 436.81 KJ	Energia: 104.50 Kcal / 436.81 KJ	Energia: 104.50 Kcal / 436.81 KJ	Energia: 104.50 Kcal / 436.81 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.30 g 4.20 g 0.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.30 g 4.20 g 0.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.30 g 4.20 g 0.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.30 g 4.20 g 0.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.30 g 4.20 g 0.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.30 g 4.20 g 0.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4.30 g 4.20 g 0.11 g
	Szénhidrát Cukor Só 9.94 g 4.34 g 1.15 g	Szénhidrát Cukor Só 9.94 g 4.34 g 1.15 g	Szénhidrát Cukor Só 9.94 g 4.34 g 1.15 g	Szénhidrát Cukor Só 9.94 g 4.34 g 1.15 g	Szénhidrát Cukor Só 9.94 g 4.34 g 1.15 g	Szénhidrát Cukor Só 9.94 g 4.34 g 1.15 g	Szénhidrát Cukor Só 9.94 g 4.34 g 1.15 g

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Vák.Párizsi +Marg +papírtányér, Zsemle**			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldfűszeres túrókrém+papír			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Hame pástétom +papírtányér, Kenyér szeletelt 0,10 kg			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Trapp.sajt0,05+ Margarin10			Tej uht 1,5% 1l-es**, Citromos tea 1liter INS., Kalács nagy**, Dzsem+ Margarin +papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, 2dbKockasajt +Marg+papírtányér			Citromos tea 1liter INS., Tej uht 1,5% 1l-es**, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Méz+ Margarin +papírtányér		
<b>(30400)</b> <b>Anyaszálló</b>	Energia: 537.71 Kcal / 2,247.63 KJ	Energia: 430.47 Kcal / 1,799.36 KJ	Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 KJ	Energia: 587.09 Kcal / 2,454.04 KJ	Energia: 484.67 Kcal / 2,025.92 KJ	Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 KJ	Energia: 499.30 Kcal / 2,087.07 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	
	22.46 g	14.76 g	4.78 g	23.30 g	7.52 g	3.12 g	16.80 g	37.50 g	12.83 g	30.65 g	22.35 g	11.26 g	16.28 g	8.80 g	2.33 g	19.78 g	14.10 g	5.45 g	16.92 g	8.30 g	2.33 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
76.60 g	4.34 g	2.57 g	68.39 g	4.44 g	2.80 g	68.24 g	5.24 g	3.17 g	66.74 g	4.44 g	2.98 g	82.94 g	15.20 g	0.28 g	69.02 g	4.44 g	2.05 g	90.24 g	28.74 g	1.78 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(30300)</b> <b>Könnyű vegyes B</b>	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Piskóta szelet			Tárkonyos szárnyasraguleves, Káposztás kocka**, Alma**			Zellerleves**, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Múzliszelet 20gr.**			Tarhonyaleves diétás, Rakott zöldbab, Őszibarackbefőtt, hám.			Csurgatott tojás leves**, Gombapaprikás, Galuska köret**, Alma**			Minestrone leves, Zöldborsófőzelék, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Nápolyi szelet 20gr**			Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**		
		Energia: 788.51 Kcal / 3,295.97 KJ	Energia: 777.53 Kcal / 3,250.08 KJ	Energia: 723.82 Kcal / 3,025.57 KJ	Energia: 568.79 Kcal / 2,377.54 KJ	Energia: 977.71 Kcal / 4,086.83 KJ	Energia: 698.60 Kcal / 2,920.15 KJ	Energia: 683.42 Kcal / 2,856.70 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		41.42 g	20.43 g	5.00 g	27.26 g	26.02 g	4.04 g	24.25 g	34.29 g	12.98 g	25.84 g	18.05 g	5.46 g	28.87 g	35.10 g	11.14 g	34.52 g	28.63 g	6.68 g	19.33 g	23.37 g	3.83 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
107.86 g	7.49 g	5.04 g	106.70 g	19.28 g	3.87 g	77.22 g	3.13 g	5.34 g	74.45 g	11.20 g	2.56 g	133.52 g	0.00 g	6.49 g	74.75 g	0.00 g	5.39 g	96.59 g	0.00 g	2.17 g		



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap		
Ebéd	<b>(30301) Könnyű vegyes A</b>	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Piskóta szelet	Tárkonyos szárnyasraguleves, Tejberizs kakaószórással*, Alma**	Zellerleves**, Serpenyős burgonya 250 g, Sült virsli, Múzliszelet 20gr.**	Kertészleves ,Vitamin**, Zöldséges rizseshús S, Őszibarackbefőtt, hám.	Csurgatott tojás leves**, Párolt káposzta 1/2**, Főtt burgonya 1/2, Sertéssült, Alma**	Minestrone leves , Sárgarépa-főzelék, Sajt felfújt, Nápolyi szelet 20gr**	Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépa-val, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**		
		Energia: 788.51 Kcal / 3,295.97 KJ	Energia: 569.76 Kcal / 2,381.60 KJ	Energia: 730.51 Kcal / 3,053.53 KJ	Energia: 765.98 Kcal / 3,201.80 KJ	Energia: 639.47 Kcal / 2,672.98 KJ	Energia: 739.51 Kcal / 3,091.15 KJ	Energia: 683.42 Kcal / 2,856.70 KJ		
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír		
		41.42 g 20.43 g 5.00 g	16.73 g 8.44 g 1.98 g	24.64 g 31.44 g 11.08 g	25.08 g 30.00 g 7.51 g	30.20 g 24.66 g 7.67 g	27.58 g 41.56 g 16.05 g	19.33 g 23.37 g 3.83 g		
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
	107.86 g 7.49 g 5.04 g	105.43 g 33.74 g 2.29 g	84.80 g 3.13 g 6.82 g	97.60 g 11.20 g 3.91 g	71.07 g 0.00 g 7.16 g	63.09 g 0.00 g 5.75 g	96.59 g 0.00 g 2.17 g			
Ebéd	<b>(30302) Diabetikus Kard.</b>	Kukoricagaluskaleves, Parajfőzelék Diab, Sült csirkemell, Főtt burgonya 1/2, Alma**	Reszelttészta leves, Bulgur, Párolt brokkoli ** 1/2 adag, Sült csirkemell, Alma**	Zellerleves**, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Alma**	Tarhonyaleves diétás, Rakott zöldbab, Alma**	Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Párolt káposzta 1/2** diab, Sertéssült, Alma**	Minestrone leves , Zöldborsófőzelék Diab, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Alma**	Meggyleves Diab mir, Párolt rizs sárgarépa-val, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**		
		Energia: 662.36 Kcal / 2,768.66 KJ	Energia: 653.91 Kcal / 2,733.34 KJ	Energia: 697.26 Kcal / 2,914.55 KJ	Energia: 550.72 Kcal / 2,302.01 KJ	Energia: 639.47 Kcal / 2,672.98 KJ	Energia: 743.42 Kcal / 3,107.50 KJ	Energia: 654.81 Kcal / 2,737.11 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		
		36.25 g 17.51 g 3.18 g	38.04 g 17.43 g 3.31 g	22.83 g 33.59 g 12.49 g	26.04 g 18.65 g 5.46 g	30.20 g 24.66 g 7.67 g	34.87 g 29.20 g 6.68 g	18.75 g 21.34 g 2.82 g		
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
	88.04 g 0.00 g 6.87 g	88.98 g 0.00 g 6.74 g	73.07 g 0.00 g 5.22 g	67.99 g 0.00 g 2.58 g	71.07 g 0.00 g 7.16 g	83.72 g 0.00 g 5.41 g	94.62 g 0.00 g 2.16 g			







Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Ebéd	(30303) Diab tejmentes	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék TM, Sertéssült, Alma**	Reszelttészta leves, Bulgur, Párolt brokkoli **, Sült csirkemell, Alma**	Zöldségleves, Burgonyafőzelék TM, Sült virsli, Almapüre	Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S, Alma**	Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Párolt káposzta 1/2** diab, Sertéssült, Alma**	Minestrone leves, Zöldborsófőzelék TM, Sertéssült, Alma**	Csontleves, Párolt rizs sárgarépával, Sült csirkemell, Alma**
		Energia: 703.14 Kcal / 2,939.13 KJ	Energia: 683.30 Kcal / 2,856.19 KJ	Energia: 564.89 Kcal / 2,361.24 KJ	Energia: 675.87 Kcal / 2,825.14 KJ	Energia: 639.47 Kcal / 2,672.98 KJ	Energia: 582.78 Kcal / 2,436.02 KJ	Energia: 538.14 Kcal / 2,249.43 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
		30.76 g 25.97 g 5.23 g	42.16 g 17.68 g 3.31 g	19.63 g 23.18 g 6.91 g	22.48 g 25.58 g 6.95 g	30.20 g 24.66 g 7.67 g	34.11 g 22.51 g 3.99 g	29.34 g 9.77 g 1.20 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	84.30 g 0.00 g 7.28 g	91.60 g 0.00 g 6.78 g	67.56 g 0.00 g 5.20 g	87.28 g 0.00 g 3.42 g	71.07 g 0.00 g 7.16 g	59.45 g 0.00 g 4.31 g	81.44 g 0.00 g 5.47 g	
	(30304) Kímélő	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Piskóta szelet	Tárkonyos szárnyasraguleves, Tejberizs kakaószórással*, Alma**	Zöldségleves, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Müzliszelet 20gr.**	Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S, Őszibarackbefőtt, hám.	Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás, Sertéssült, Túró Rudi **	Zöldségleves, Sárgarépafőzelék, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Nápolyi szelet 20gr**	Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**
Energia: 788.51 Kcal / 3,295.97 KJ		Energia: 569.76 Kcal / 2,381.60 KJ	Energia: 650.64 Kcal / 2,719.68 KJ	Energia: 693.94 Kcal / 2,900.67 KJ	Energia: 780.84 Kcal / 3,263.91 KJ	Energia: 619.80 Kcal / 2,590.76 KJ	Energia: 683.42 Kcal / 2,856.70 KJ	
Fehérje Zsír T.Zsírsv		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
41.42 g 20.43 g 5.00 g		16.73 g 8.44 g 1.98 g	21.91 g 28.08 g 9.43 g	22.28 g 24.98 g 6.95 g	39.01 g 27.12 g 9.64 g	25.93 g 26.72 g 6.63 g	19.33 g 23.37 g 3.83 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
107.86 g 7.49 g 5.04 g	105.43 g 33.74 g 2.29 g	75.97 g 3.13 g 5.34 g	93.74 g 11.20 g 3.40 g	93.06 g 7.94 g 5.79 g	67.75 g 0.00 g 6.52 g	96.59 g 0.00 g 2.17 g		
(30305) Tejmentes								



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap		
Ebéd	(30305) Tejmentes	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék TM, Sertéssült, Alma**	Reszelttészta leves, Bulgur 1/2, Párolt brokkoli **, Sült csirkemell, Alma**	Zöldségleves, Burgonyafőzelék TM, Sült virsli, Alma**	Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S, Őszibarackbefőtt, hám.	Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Párolt káposzta 1/2** diab, Sertéssült, Alma**	Minestrone leves, Zöldborsófőzelék TM, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Alma**	Csontleves, Párolt rizs sárgarépával, Sült csirkemell, Alma**		
		Energia: 703.14 Kcal / 2,939.13 KJ	Energia: 525.38 Kcal / 2,196.09 KJ	Energia: 582.28 Kcal / 2,433.93 KJ	Energia: 693.94 Kcal / 2,900.67 KJ	Energia: 639.47 Kcal / 2,672.98 KJ	Energia: 742.07 Kcal / 3,101.85 KJ	Energia: 538.14 Kcal / 2,249.43 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		
		30.76 g 25.97 g 5.23 g	37.25 g 14.83 g 2.96 g	19.83 g 23.38 g 6.91 g	22.28 g 24.98 g 6.95 g	30.20 g 24.66 g 7.67 g	34.46 g 28.67 g 6.36 g	29.34 g 9.77 g 1.20 g		
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
	84.30 g 0.00 g 7.28 g	61.25 g 0.00 g 6.27 g	71.06 g 0.00 g 5.21 g	93.74 g 11.20 g 3.40 g	71.07 g 0.00 g 7.16 g	84.53 g 0.00 g 5.36 g	81.44 g 0.00 g 5.47 g			
	(30306) Diabetikus Kímélő	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Alma**	Reszelttészta leves, Bulgur 1/2, Párolt brokkoli **, Sült csirkemell, Alma**	Zöldségleves, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Alma**	Zöldségleves., Zöldséges rizseshús diab, Alma**	Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás Diab, Sertéssült, Alma**	Zöldségleves., S.répa-főzelék Diab, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Alma**	Meggyleves Diab mir, Párolt rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**		
Energia: 740.86 Kcal / 3,096.79 KJ		Energia: 525.38 Kcal / 2,196.09 KJ	Energia: 624.08 Kcal / 2,608.65 KJ	Energia: 626.28 Kcal / 2,617.85 KJ	Energia: 759.55 Kcal / 3,174.92 KJ	Energia: 636.70 Kcal / 2,661.41 KJ	Energia: 654.81 Kcal / 2,737.11 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			
40.17 g 17.14 g 3.16 g		37.25 g 14.83 g 2.96 g	20.49 g 27.38 g 8.94 g	20.35 g 28.08 g 7.21 g	37.45 g 24.49 g 7.54 g	25.00 g 26.87 g 6.55 g	18.75 g 21.34 g 2.82 g			
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
104.60 g 0.00 g 5.04 g	61.25 g 0.00 g 6.27 g	71.82 g 0.00 g 5.22 g	71.46 g 0.00 g 3.46 g	94.64 g 0.00 g 5.79 g	72.02 g 0.00 g 6.48 g	94.62 g 0.00 g 2.16 g				



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap		
Ebéd	(30308) Gyermek könnyű vegyes	Kukoricagaluskaleves, Parajfőzelék Diab, Főtt burgonya 1/2, Sült csirkemell, Piskóta szelet	Tárkonyos szárnyasraguleves, Tejberisz kakaószórással*, Alma**	Zellerleves**, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Múzliszelet 20gr.**	Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S, Őszibarackbefőtt, hám.	Csurgatott tojás leves**, Galuska köret*, Gombapaprikás, Túró Rudi **	Minestrone leves, Zöldborsófőzelék, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Nápolyi szelet 20gr**	Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**		
		Energia: 710.01 Kcal / 2,967.84 KJ	Energia: 569.76 Kcal / 2,381.60 KJ	Energia: 723.82 Kcal / 3,025.57 KJ	Energia: 711.50 Kcal / 2,974.07 KJ	Energia: 1,005.19 Kcal / 4,201.69 KJ	Energia: 698.60 Kcal / 2,920.15 KJ	Energia: 683.42 Kcal / 2,856.70 KJ		
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír		
		37.50 g 20.80 g 5.02 g	16.73 g 8.44 g 1.98 g	24.25 g 34.29 g 12.98 g	22.38 g 24.98 g 6.95 g	30.26 g 38.58 g 13.30 g	34.52 g 28.63 g 6.68 g	19.33 g 23.37 g 3.83 g		
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
	91.30 g 7.49 g 6.87 g	105.43 g 33.74 g 2.29 g	77.22 g 3.13 g 5.34 g	97.98 g 14.00 g 3.41 g	131.67 g 7.94 g 6.48 g	74.75 g 0.00 g 5.39 g	96.59 g 0.00 g 2.17 g			
	(30309) Tejmentes pépes	Kukoricagaluskaleves, Burgonyapüré TM, Parajfőzelék TM, RESZELT főtt tojás, Almapüre	Reszeltészta leves, Burgonyapüré TM, Sertéssült, Darált, Almapüre	Zöldségleves, Burgonyafőzelék püre TM, Szárnyaspuding, Almapüre	Tarhonyaleves diétás, Zöldbabfőzelék püre Diab TM, Szárnyaspuding, Őszibarackbefőtt, hám.	Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás TM, Sertéssült, Darált, Almapüre	Zöldségleves, S.répa főzelék püre, Sertéssült, Darált, Almapüre	Meggyleves Diab TM mir, Burgonyapüré TM, Szárnyaspuding, Almapüre		
Energia: 474.57 Kcal / 1,983.70 KJ		Energia: 506.53 Kcal / 2,117.30 KJ	Energia: 640.95 Kcal / 2,679.17 KJ	Energia: 635.32 Kcal / 2,655.64 KJ	Energia: 702.11 Kcal / 2,934.82 KJ	Energia: 457.83 Kcal / 1,913.73 KJ	Energia: 595.61 Kcal / 2,489.65 KJ			
Fehérje Zsír T.Zsír		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír			
15.49 g 17.18 g 3.41 g		22.97 g 13.06 g 3.87 g	24.62 g 20.21 g 5.30 g	24.81 g 23.51 g 5.66 g	32.48 g 22.42 g 6.84 g	21.60 g 19.29 g 3.68 g	23.01 g 14.38 g 4.59 g			
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só				
62.83 g 0.00 g 4.01 g	71.99 g 0.00 g 4.68 g	87.72 g 0.00 g 6.01 g	79.33 g 11.20 g 7.41 g	90.00 g 0.00 g 5.72 g	48.51 g 0.00 g 5.41 g	90.25 g 0.00 g 4.83 g				





Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Ebéd	(30310) Műtétés pépes	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre
		Energia: 502.07 Kcal / 2,098.65 KJ	Energia: 502.07 Kcal / 2,098.65 KJ	Energia: 502.07 Kcal / 2,098.65 KJ	Energia: 502.07 Kcal / 2,098.65 KJ	Energia: 502.07 Kcal / 2,098.65 KJ	Energia: 502.07 Kcal / 2,098.65 KJ	Energia: 502.07 Kcal / 2,098.65 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.04 g 15.81 g 9.42 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.04 g 15.81 g 9.42 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.04 g 15.81 g 9.42 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.04 g 15.81 g 9.42 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.04 g 15.81 g 9.42 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.04 g 15.81 g 9.42 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.04 g 15.81 g 9.42 g
		Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 0.00 g 4.41 g	Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 0.00 g 4.41 g	Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 0.00 g 4.41 g	Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 0.00 g 4.41 g	Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 0.00 g 4.41 g	Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 0.00 g 4.41 g	Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 0.00 g 4.41 g
	(30311) Diab pépes	Kukoricagaluskaleves, Burgonyapüré, Parajfőzelék, RESZELT főtt tojás, Almapüre	Tárk szárnyasraguleves püre, Burgonyapüré, Sertéssült, Darált, Almapüre	Zöldségleves, Burgonyafőzelék püre, Sertéssült, Darált, Almapüre	Tarhonyaleves diétás, Zöldbabfőzelékpüre, Szárnyaspuding, Almapüre	Csurgatott tojás leves**, Burgonyapüré, Kapormártás Diab, Sajt felfújt	Zöldségleves, S.répa-főzelékpüre Diab, Sajt felfújt, Almapüre	Csontleves, Burgonyapüré, Szárnyaspuding, Almapüre
		Energia: 668.83 Kcal / 2,795.71 KJ	Energia: 566.51 Kcal / 2,368.01 KJ	Energia: 514.91 Kcal / 2,152.32 KJ	Energia: 603.83 Kcal / 2,524.01 KJ	Energia: 930.98 Kcal / 3,891.50 KJ	Energia: 744.87 Kcal / 3,113.56 KJ	Energia: 646.69 Kcal / 2,703.16 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 25.34 g 21.23 g 4.40 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 31.91 g 15.60 g 4.10 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22.27 g 17.84 g 4.75 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 24.74 g 25.19 g 7.06 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 39.19 g 40.66 g 19.01 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 28.39 g 37.41 g 15.53 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.18 g 18.10 g 5.41 g
		Szénhidrát Cukor Só 93.27 g 0.00 g 2.84 g	Szénhidrát Cukor Só 73.14 g 0.00 g 4.95 g	Szénhidrát Cukor Só 64.55 g 0.00 g 4.81 g	Szénhidrát Cukor Só 67.58 g 0.00 g 7.43 g	Szénhidrát Cukor Só 100.19 g 0.00 g 6.39 g	Szénhidrát Cukor Só 72.39 g 0.00 g 6.27 g	Szénhidrát Cukor Só 92.63 g 0.00 g 6.09 g
(30312) Pépes könnyű	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré TM, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré TM, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Üdítő 2dl 12% almalé	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré TM, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré TM, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	Szűrt leves 3 dl, Burgonyapüré TM, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre	
	Energia: 480.07 Kcal / 2,006.69 KJ	Energia: 480.07 Kcal / 2,006.69 KJ	Energia: 561.21 Kcal / 2,345.86 KJ	Energia: 480.07 Kcal / 2,006.69 KJ	Energia: 480.07 Kcal / 2,006.69 KJ	Energia: 480.07 Kcal / 2,006.69 KJ	Energia: 480.07 Kcal / 2,006.69 KJ	



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

vegyes																							
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			
21.34 g	15.06 g	9.01 g	21.34 g	15.06 g	9.01 g	22.64 g	15.41 g	9.42 g	21.34 g	15.06 g	9.01 g	21.34 g	15.06 g	9.01 g	23.04 g	15.81 g	9.42 g	21.34 g	15.06 g	9.01 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
62.81 g	0.00 g	4.34 g	62.81 g	0.00 g	4.34 g	81.26 g	0.00 g	4.40 g	62.81 g	0.00 g	4.34 g	62.81 g	0.00 g	4.34 g	65.46 g	0.00 g	4.41 g	62.81 g	0.00 g	4.34 g			
<b>(30313) Foly- pépes</b>			Szűrt leves tésztával, Burgonyapüré , Parajfőzelék, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre			Tárk szárnyasraguleves püre, Tejbedara kakaó szórással, Üdítő 2dl 12% almalé			Zöldségleves, Burgonyafőzelék püre, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre			Szűrt leves 3 dl, Zöldbabfőzelékpür e, Sertéssült, Darált, Almapüre			Csurgatott tojás leves** , Burgonyapüre , Kapormártás, Reszelt sajt 5 dkg, Üdítő 2dl 12% almalé			Zöldségleves, S.répa-főzelékpüre, Reszelt sajt 5 dkg, Almapüre			Csontleves, Burgonyapüre , Reszelt sajt 5 dkg, Üdítő 2dl 12% almalé		
			Energia: 549.35 Kcal / 2,296.28 KJ			Energia: 621.88 Kcal / 2,599.46 KJ			Energia: 588.54 Kcal / 2,460.10 KJ			Energia: 398.07 Kcal / 1,663.93 KJ			Energia: 804.10 Kcal / 3,361.14 KJ			Energia: 531.46 Kcal / 2,221.50 KJ			Energia: 628.21 Kcal / 2,625.92 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
			26.52 g	20.00 g	9.94 g	27.16 g	13.75 g	5.03 g	23.52 g	25.17 g	11.74 g	20.28 g	18.51 g	4.42 g	33.74 g	29.01 g	14.09 g	22.85 g	26.62 g	10.67 g	24.58 g	18.72 g	9.82 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
64.94 g	0.00 g	3.85 g	99.38 g	9.64 g	2.67 g	65.11 g	0.00 g	4.42 g	36.45 g	0.00 g	6.20 g	99.75 g	0.00 g	5.14 g	49.07 g	0.00 g	5.02 g	88.49 g	0.00 g	4.47 g			
<b>(30314) Pépes</b>			Kukoricagaluskaleves, Burgonyapüré , Parajfőzelék, RESZELT főtt tojás, Piskóta szelet			Tárk szárnyasraguleves püre, Tejberizs kakaószórással*			Zöldségleves, Burgonyafőzelék püre, Szárnypuding, Almapüre			Tarhonyaleves diétás, Zöldbabfőzelékpür e, Szárnypuding, Őszibarackbefőtt, hám.			Csurgatott tojás leves** , Főtt burgonya 1/2, Kapormártás, Sajt felfújt, Túró Rudi **			Zöldségleves, S.répa-főzelékpüre, Sajt felfújt, Almapüre			Meggyleves Diab mir, Burgonyapüré , Szárnypuding, Almapüre		
			Energia: 597.59 Kcal / 2,497.93 KJ			Energia: 517.58 Kcal / 2,163.48 KJ			Energia: 666.16 Kcal / 2,784.55 KJ			Energia: 639.29 Kcal / 2,672.23 KJ			Energia: 1,035.64 Kcal / 4,328.98 KJ			Energia: 746.08 Kcal / 3,118.61 KJ			Energia: 666.77 Kcal / 2,787.10 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
			21.04 g	20.42 g	5.59 g	16.13 g	7.84 g	1.98 g	24.72 g	24.15 g	7.33 g	24.74 g	24.79 g	7.06 g	41.62 g	43.60 g	20.91 g	28.47 g	37.42 g	15.53 g	25.62 g	19.16 g	7.02 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
81.17 g	7.49 g	2.70 g	94.93 g	33.74 g	2.27 g	85.05 g	0.00 g	6.03 g	77.54 g	11.20 g	7.42 g	116.78 g	7.94 g	6.62 g	72.58 g	0.00 g	6.28 g	95.19 g	0.00 g	4.92 g			



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

**(30315) TEK  
tejmentes**

Zöldséglevés, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék TM, Sült csirkemell, Alma**			Reszelttészta leves, Főtt burgonya 1/2, Almamártás TM, Sült csirkemell, Alma**			Zöldséglevés, Burgonyafőzelék TM, Sült virsli, Almapüre			Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús diab, Őszibarackbefőtt, hám.			Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás TM, Sertéssült, Alma**			Zöldséglevés., S.répa főzelék TM, Sült csirkemell, Almapüre			Meggyleves Diab TM mir, Párolt rizs sárgarépával, Sült csirkemell		
Energia: 572.50 Kcal / 2,393.05 KJ			Energia: 505.69 Kcal / 2,113.78 KJ			Energia: 564.89 Kcal / 2,361.24 KJ			Energia: 683.83 Kcal / 2,858.41 KJ			Energia: 752.95 Kcal / 3,147.33 KJ			Energia: 381.78 Kcal / 1,595.84 KJ			Energia: 456.88 Kcal / 1,909.76 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
32.41 g	15.04 g	1.72 g	30.05 g	7.81 g	2.12 g	19.63 g	23.18 g	6.91 g	21.82 g	24.98 g	6.95 g	36.94 g	24.27 g	7.42 g	25.65 g	12.19 g	1.45 g	27.27 g	6.20 g	0.79 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.54 g	0.00 g	7.85 g	75.88 g	0.00 g	5.21 g	67.56 g	0.00 g	5.20 g	91.63 g	14.00 g	3.45 g	93.85 g	0.00 g	5.77 g	40.60 g	0.00 g	5.83 g	71.21 g	0.00 g	4.26 g

**(30316)  
Syncumar**

Kukoricagaluskaleves, Burgonyapüré, Sült csirkemell, Piskóta szelet			Tárkonyos szárnyasraguleves, Tejberizs kakaószórással*, Alma**			Zellerleves**, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Múzliszelet 20gr.**			Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús diab, Őszibarackbefőtt, hám.			Csurgatott tojás leves**, Gombapaprikás, Galuska köret*, Túró Rudi **			Zöldséglevés, Zöldborsófőzelék, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Nápolyi szelet 20gr**			Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**		
Energia: 612.96 Kcal / 2,562.17 KJ			Energia: 569.76 Kcal / 2,381.60 KJ			Energia: 723.82 Kcal / 3,025.57 KJ			Energia: 666.27 Kcal / 2,785.01 KJ			Energia: 1,005.19 Kcal / 4,201.69 KJ			Energia: 674.40 Kcal / 2,818.99 KJ			Energia: 643.23 Kcal / 2,688.70 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
33.62 g	12.73 g	4.12 g	16.73 g	8.44 g	1.98 g	24.25 g	34.29 g	12.98 g	21.72 g	24.98 g	6.95 g	30.26 g	38.58 g	13.30 g	35.13 g	24.11 g	6.16 g	19.23 g	19.37 g	3.83 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88.78 g	7.49 g	5.31 g	105.43 g	33.74 g	2.29 g	77.22 g	3.13 g	5.34 g	87.39 g	11.20 g	3.44 g	131.67 g	7.94 g	6.48 g	78.05 g	0.00 g	5.94 g	95.09 g	0.00 g	2.17 g



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

<b>(30318) Roboráló</b>	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Piskóta szelet	Tárkonyos szárnyasraguleves, Tejberizs kakaószórással*, Alma**	Zellerleves**, Serpenyős burgonya 250 g, Sült virsli, Múzliszelet 20gr.**	Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S, Őszibarackbefőtt, hám.	Csurgatott tojásleves**, Gombapaprikás, Galuska köret*, Túró Rudi **	Minestrone leves, Zöldborsófőzelék, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Nápolyi szelet 20gr**	Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**														
Energia: 788.51 Kcal / 3,295.97 KJ	Energia: 569.76 Kcal / 2,381.60 KJ	Energia: 730.51 Kcal / 3,053.53 KJ	Energia: 693.94 Kcal / 2,900.67 KJ	Energia: 1,005.19 Kcal / 4,201.69 KJ	Energia: 698.60 Kcal / 2,920.15 KJ	Energia: 683.42 Kcal / 2,856.70 KJ															
Fehérje 41.42 g	Zsír 20.43 g	T.Zsír 5.00 g	Fehérje 16.73 g	Zsír 8.44 g	T.Zsír 1.98 g	Fehérje 24.64 g	Zsír 31.44 g	T.Zsír 11.08 g	Fehérje 22.28 g	Zsír 24.98 g	T.Zsír 6.95 g	Fehérje 30.26 g	Zsír 38.58 g	T.Zsír 13.30 g	Fehérje 34.52 g	Zsír 28.63 g	T.Zsír 6.68 g	Fehérje 19.33 g	Zsír 23.37 g	T.Zsír 3.83 g	
Szénhidrát 107.86 g	Cukor 7.49 g	Só 5.04 g	Szénhidrát 105.43 g	Cukor 33.74 g	Só 2.29 g	Szénhidrát 84.80 g	Cukor 3.13 g	Só 6.82 g	Szénhidrát 93.74 g	Cukor 11.20 g	Só 3.40 g	Szénhidrát 131.67 g	Cukor 7.94 g	Só 6.48 g	Szénhidrát 74.75 g	Cukor 0.00 g	Só 5.39 g	Szénhidrát 96.59 g	Cukor 0.00 g	Só 2.17 g	
<b>(30320) Epekímélő</b>	Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Piskóta szelet	Reszeltészta leves, Főtt burgonya 1/2, Almamártás, Sült csirkemell	Zöldségleves, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Almapüre	Zöldségleves, Szűrt Zöldbabfőzelékpüré, Sertéssült, Őszibarackbefőtt, hám.	Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás, Sertéssült, Túró Rudi **	Zöldségleves, Sárgarépafőzelék, Sajt felfújt, Nápolyi szelet 20gr**	Csontleves, Burgonyapüré TM, Sült csirkemell, Őszibarackbefőtt, hám.														
Energia: 714.11 Kcal / 2,984.98 KJ	Energia: 491.83 Kcal / 2,055.85 KJ	Energia: 606.69 Kcal / 2,535.96 KJ	Energia: 534.85 Kcal / 2,235.67 KJ	Energia: 693.05 Kcal / 2,896.95 KJ	Energia: 715.31 Kcal / 2,990.00 KJ	Energia: 486.11 Kcal / 2,031.94 KJ															
Fehérje 40.17 g	Zsír 17.07 g	T.Zsír 3.81 g	Fehérje 30.07 g	Zsír 11.17 g	T.Zsír 4.14 g	Fehérje 20.29 g	Zsír 27.18 g	T.Zsír 8.94 g	Fehérje 26.51 g	Zsír 23.08 g	T.Zsír 5.40 g	Fehérje 35.84 g	Zsír 21.10 g	T.Zsír 5.62 g	Fehérje 28.19 g	Zsír 37.04 g	T.Zsír 15.53 g	Fehérje 29.19 g	Zsír 4.72 g	T.Zsír 0.68 g	
Szénhidrát 98.29 g	Cukor 7.49 g	Só 5.13 g	Szénhidrát 65.44 g	Cukor 0.00 g	Só 5.21 g	Szénhidrát 68.32 g	Cukor 0.00 g	Só 5.21 g	Szénhidrát 54.15 g	Cukor 11.20 g	Só 6.30 g	Szénhidrát 88.56 g	Cukor 7.94 g	Só 5.98 g	Szénhidrát 66.39 g	Cukor 0.00 g	Só 6.30 g	Szénhidrát 79.60 g	Cukor 11.20 g	Só 5.31 g	
<b>(30321) Epekímélő</b>	Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2,	Reszeltészta leves, Főtt	Zöldségleves, Burgonyafőzelék,	Zöldségleves, Szűrt	Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2,	Zöldségleves, S.répa főzelék Diab,	Csontleves, Burgonyapüré TM,														

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

Diab.	Parajfőzelék, Sült csirkemell, Almapüre	burgonya 1/2, Almamártás Diab., Sült csirkemell	Sült virsli, Almapüre	Zöldbabfőzelékpüré, Sertéssült, Almapüre	Kapormártás Diab, Sertéssült, Almapüre	Sajt felfújt, Almapüre	Sült csirkemell, Almapüre
Energia: 649.07 Kcal / 2,713.11 KJ	Energia: 526.26 Kcal / 2,199.77 KJ	Energia: 606.69 Kcal / 2,535.96 KJ	Energia: 499.39 Kcal / 2,087.45 KJ	Energia: 654.37 Kcal / 2,735.27 KJ	Energia: 750.10 Kcal / 3,135.42 KJ	Energia: 450.65 Kcal / 1,883.72 KJ	
Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
38.72 g 13.58 g 1.97 g	30.03 g 11.20 g 4.18 g	20.29 g 27.18 g 8.94 g	26.51 g 23.48 g 5.40 g	34.08 g 18.27 g 3.52 g	28.59 g 37.44 g 15.53 g	29.19 g 5.12 g 0.68 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
91.53 g 0.00 g 5.12 g	74.06 g 9.29 g 5.57 g	68.32 g 0.00 g 5.21 g	44.19 g 0.00 g 6.31 g	86.64 g 0.00 g 5.97 g	73.39 g 0.00 g 6.31 g	69.64 g 0.00 g 5.32 g	
<b>(30322)</b> <b>Energiaszegény</b>	Zöldség leves, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Alma**	Reszeltészta leves, Bulgur 1/2, Párolt brokkoli ** 1/2 adag, Sült csirkemell, Alma**	Zöldség leves, Főtt burgonya 1/2, Párolt karfiol 1/2 adag, Sült csirkemell, Alma**	Zöldség leves, Zöldbabfőzelék 15 -, Sült csirkemell, Alma**	Zöldség leves, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás Diab, Sertéssült, Alma**	Zöldség leves, Zöldborsófőzelék, Sült csirkemell, Alma**	Csontleves, Párolt zöldborsó, Sült csirkemell
	Energia: 507.06 Kcal / 2,119.51 KJ	Energia: 495.99 Kcal / 2,073.24 KJ	Energia: 502.80 Kcal / 2,101.70 KJ	Energia: 460.54 Kcal / 1,925.06 KJ	Energia: 671.76 Kcal / 2,807.96 KJ	Energia: 511.05 Kcal / 2,136.19 KJ	Energia: 521.47 Kcal / 2,179.74 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
	34.67 g 13.44 g 1.93 g	33.13 g 14.58 g 2.96 g	31.12 g 12.87 g 3.00 g	29.61 g 16.11 g 3.08 g	34.28 g 18.47 g 3.52 g	38.28 g 10.98 g 1.47 g	42.25 g 15.27 g 3.81 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
61.03 g 0.00 g 4.13 g	58.63 g 0.00 g 6.23 g	63.37 g 0.00 g 5.46 g	47.50 g 0.00 g 4.34 g	90.14 g 0.00 g 5.98 g	63.28 g 0.00 g 5.39 g	52.06 g 0.00 g 5.48 g	
<b>(30323)</b> <b>Fehérjeszegény</b>	Kukoricagaluskaleves, Parajfőzelék, Bundás zsemle*, Gyümölcs (alma)	Tárkonyos szárnyasraguleves, Káposztás kocka**, Alma**	Zöldség leves, Burgonyafőzelék TM, Sült virsli, Múzliszélet 20gr.**	Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizshús S, Őszibarackbefőtt, hám.	Zöldség leves, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás TM, Főtt tojás lében**	Zöldség leves, S.répa főzelék TM, Burgonya krokett**feltét, Nápolyi szelet 20gr**	Csontleves, Párolt rizs sárgarépával, Rántott karfiol, Mini majonéz**
	Energia: 771.28 Kcal / 3,223.95 KJ	Energia: 777.53 Kcal / 3,250.08 KJ	Energia: 608.84 Kcal / 2,544.95 KJ	Energia: 693.94 Kcal / 2,900.67 KJ	Energia: 533.29 Kcal / 2,229.15 KJ	Energia: 621.68 Kcal / 2,598.62 KJ	Energia: 821.98 Kcal / 3,435.88 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
	34.67 g 13.44 g 1.93 g	33.13 g 14.58 g 2.96 g	31.12 g 12.87 g 3.00 g	29.61 g 16.11 g 3.08 g	34.28 g 18.47 g 3.52 g	38.28 g 10.98 g 1.47 g	42.25 g 15.27 g 3.81 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
61.03 g 0.00 g 4.13 g	58.63 g 0.00 g 6.23 g	63.37 g 0.00 g 5.46 g	47.50 g 0.00 g 4.34 g	90.14 g 0.00 g 5.98 g	63.28 g 0.00 g 5.39 g	52.06 g 0.00 g 5.48 g	





Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

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
22.83 g	35.30 g	7.76 g	27.26 g	26.02 g	4.04 g	21.25 g	24.08 g	7.40 g	22.28 g	24.98 g	6.95 g	21.71 g	14.08 g	2.12 g	9.49 g	35.90 g	4.43 g	19.27 g	35.26 g	5.26 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.83 g	0.00 g	3.85 g	106.70 g	19.28 g	3.87 g	75.21 g	3.13 g	5.33 g	93.74 g	11.20 g	3.40 g	78.50 g	0.00 g	4.44 g	63.76 g	0.00 g	3.82 g	105.83 g	0.00 g	6.83 g



(30324)  
Gluténmentes

Zöldségleves GM, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék GM TM, Sült csirkemell, Alma**			Zöldségleves GM, Főtt burgonya 1/2, Almamártás GM, Sült csirkemell, Alma**			Zellerleves GM TM**, Burgonyafőzelék GM TM, Sertéssült, Almapüre			Zöldségleves GM, Zöldséges rizshús S, Őszibarackbefőtt, hám.			Zöldségkrémleves LISZT0, Főtt burgonya 1/2, Párolt káposzta 1/2**, Sertéssült, Túró Rudi **			Zöldségleves GM, Zöldborsófőzelék GM, Sült csirkemell, Alma**			Csontleves GM, Párolt rizs sárgarépával, Sült csirkemell		
Energia: 497.83 Kcal / 2,080.93 KJ			Energia: 484.89 Kcal / 2,026.84 KJ			Energia: 546.62 Kcal / 2,284.87 KJ			Energia: 703.27 Kcal / 2,939.67 KJ			Energia: 622.62 Kcal / 2,602.55 KJ			Energia: 450.24 Kcal / 1,882.00 KJ			Energia: 486.45 Kcal / 2,033.36 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
29.09 g	14.51 g	1.67 g	27.54 g	9.48 g	2.64 g	25.35 g	22.96 g	5.84 g	21.05 g	27.61 g	7.24 g	29.01 g	24.75 g	8.29 g	34.71 g	12.27 g	1.64 g	27.74 g	8.89 g	1.15 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
73.41 g	0.00 g	6.30 g	78.22 g	0.00 g	4.78 g	87.40 g	0.00 g	4.77 g	91.37 g	11.20 g	3.38 g	69.00 g	7.94 g	7.06 g	66.07 g	0.00 g	5.31 g	72.66 g	0.00 g	4.90 g



(30326)  
Transz A protokoll

Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Gyümölcspüré alma 120g**			Reszelttészta leves, Bulgur, Párolt brokkoli **			Zellerleves**, Burgonyafőzelék, Sült virsli, Gyümölcspüré alma 120g**			Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizshús S			Csurgatott tojásleves**, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás, Sertéssült, Gyümölcspüré alma 120g**			Zöldségleves, Sárgarépafőzelék, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Gyümölcspüré alma 120g**			Meggyleves Diab mir, Rántott halrúd (pan.)**, Párolt rizs sárgarépával, Gyümölcspüré alma 120g**		
Energia: 755.68 Kcal / 3,158.74 KJ			Energia: 601.73 Kcal / 2,515.23 KJ			Energia: 712.08 Kcal / 2,976.49 KJ			Energia: 623.69 Kcal / 2,607.02 KJ			Energia: 768.18 Kcal / 3,210.99 KJ			Energia: 686.80 Kcal / 2,870.82 KJ			Energia: 681.62 Kcal / 2,849.17 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
40.23 g	17.04 g	3.16 g	37.44 g	16.83 g	3.31 g	22.89 g	33.49 g	12.49 g	21.88 g	24.98 g	6.95 g	37.68 g	23.54 g	7.48 g	26.59 g	27.22 g	6.63 g	19.31 g	17.84 g	2.82 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108.50 g	0.00 g	5.03 g	78.48 g	0.00 g	6.72 g	76.97 g	0.00 g	5.21 g	76.78 g	0.00 g	3.40 g	98.81 g	0.00 g	5.79 g	82.15 g	0.00 g	6.53 g	107.52 g	0.00 g	2.17 g



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

**(30327) Diab purinszegény**

Kukoricagaluskaleves, Parajfőzelék, Főtt burgonya 1/2, Bundás zsemle*, Alma**			Tárkonyos szárnyasraguleves, Káposztás kocka*Diab, Alma**			Zellerleves**, Burgonyafőzelék, Főtt tojás lében**, Alma**			Zöldségleves, Párolt rizs sárgarépával, Rántott sajt, Alma**			Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás Diab, Sajt felfujt, Alma**			Minestrone leves, Zöldborsófőzelék Diab, Sajt felfujt, Alma**			Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépával, Rántott karfiol		
Energia: 951.86 Kcal / 3,978.77 KJ			Energia: 785.30 Kcal / 3,282.55 KJ			Energia: 577.81 Kcal / 2,415.25 KJ			Energia: 908.12 Kcal / 3,795.94 KJ			Energia: 926.56 Kcal / 3,873.02 KJ			Energia: 838.93 Kcal / 3,506.73 KJ			Energia: 830.48 Kcal / 3,471.41 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
27.28 g	35.64 g	7.80 g	31.14 g	27.08 g	4.23 g	18.23 g	22.39 g	7.60 g	31.27 g	32.60 g	12.79 g	36.89 g	34.95 g	14.79 g	37.13 g	39.52 g	15.58 g	19.19 g	34.35 g	7.88 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
128.33 g	0.00 g	4.87 g	102.29 g	0.00 g	4.02 g	73.15 g	0.00 g	3.36 g	120.34 g	0.00 g	6.66 g	113.86 g	0.00 g	6.81 g	82.36 g	0.00 g	5.19 g	108.86 g	0.00 g	5.67 g

**(30328) Transz D protokoll**

Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Gyümölcspüré alma 120g**			Reszelttészta leves, Bulgur, Párolt brokkoli **, 1/2 adag, Sült csirkemell			Zellerleves**, Serpenyős burgonya 250 g, Sült virsli, Gyümölcspüré alma 120g**			Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S			Csurgatott tojás leves**, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás, Sertéssült, Gyümölcspüré alma 120g**			Zöldségleves, Zöldborsófőzelék, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Gyümölcspüré alma 120g**			Meggyleves *mir.*, Rántott halrúd(pan.)**, Párolt rizs sárgarépával		
Energia: 755.68 Kcal / 3,158.74 KJ			Energia: 601.73 Kcal / 2,515.23 KJ			Energia: 718.77 Kcal / 3,004.46 KJ			Energia: 623.69 Kcal / 2,607.02 KJ			Energia: 768.18 Kcal / 3,210.99 KJ			Energia: 741.40 Kcal / 3,099.05 KJ			Energia: 643.23 Kcal / 2,688.70 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
40.23 g	17.04 g	3.16 g	37.44 g	16.83 g	3.31 g	23.28 g	30.64 g	10.59 g	21.88 g	24.98 g	6.95 g	37.68 g	23.54 g	7.48 g	35.79 g	24.61 g	6.16 g	19.23 g	19.37 g	3.83 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108.50 g	0.00 g	5.03 g	78.48 g	0.00 g	6.72 g	84.55 g	0.00 g	6.69 g	76.78 g	0.00 g	3.40 g	98.81 g	0.00 g	5.79 g	92.45 g	0.00 g	5.95 g	95.09 g	0.00 g	2.17 g



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

<b>(30329) Transz gluténmentes</b>	Zöldséglevés GM, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék GM TM, Sült csirkemell, Gyümölcspüré alma 120g**	Zöldséglevés GM, Főtt burgonya 1/2, Almamártás Diab TM GM, Sült csirkemell	Zellerlevés GM TM**, Burgonyafőzelék GM TM, Sertéssült, Gyümölcspüré alma 120g**	Zöldséglevés GM, Zöldséges rizseshús S	Csurgatott tojás levés GM**, Burgonyapüré TM, Sertéssült, Gyümölcspüré alma 120g**	Zöldséglevés GM, S.répa-főzelék GM, Sült csirkemell, Gyümölcspüré alma 120g**	Csontleves GM, Párolt rizs sárgarépával, Zöldborsós sertésragu GM														
	Energia: 512.65 Kcal / 2,142.88 KJ			Energia: 380.48 Kcal / 1,590.41 KJ			Energia: 578.83 Kcal / 2,419.51 KJ			Energia: 633.02 Kcal / 2,646.02 KJ			Energia: 570.98 Kcal / 2,386.70 KJ			Energia: 449.34 Kcal / 1,878.24 KJ			Energia: 688.94 Kcal / 2,879.77 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
	29.15 g	14.41 g	1.67 g	26.20 g	4.77 g	0.62 g	25.61 g	23.06 g	5.84 g	20.65 g	27.61 g	7.24 g	27.35 g	20.43 g	7.23 g	25.34 g	18.22 g	6.52 g	22.66 g	31.48 g	7.65 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
77.31 g 0.00 g 6.29 g			73.45 g 0.00 g 5.24 g			94.80 g 0.00 g 4.77 g			74.41 g 0.00 g 3.38 g			79.52 g 0.00 g 4.65 g			56.93 g 0.00 g 7.28 g			80.14 g 0.00 g 5.89 g			
<b>(30330) Transz tejmentes</b>	Kukoricagaluskalev es, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék TM, Sült csirkemell, Gyümölcspüré alma 120g**	Reszelttészta levés, Főtt burgonya 1/2, Almamártás TM, Sült csirkemell	Zellerlevés TM**, Burgonyafőzelék TM, Sertéssült, Gyümölcspüré alma 120g**	Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S	Zöldséglevés, Burgonyapüré TM, Sertéssült, Gyümölcspüré alma 120g**	Zöldséglevés, S.répa-főzelék TM, Sült csirkemell, Gyümölcspüré alma 120g**	Csontleves, Párolt rizs sárgarépával, Sült csirkemell														
	Energia: 661.72 Kcal / 2,765.99 KJ			Energia: 453.51 Kcal / 1,895.67 KJ			Energia: 632.19 Kcal / 2,642.55 KJ			Energia: 623.69 Kcal / 2,607.02 KJ			Energia: 539.97 Kcal / 2,257.07 KJ			Energia: 449.27 Kcal / 1,877.95 KJ			Energia: 485.96 Kcal / 2,031.31 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
	33.72 g	18.30 g	2.91 g	29.45 g	7.21 g	2.12 g	28.93 g	21.74 g	5.66 g	21.88 g	24.98 g	6.95 g	26.58 g	12.80 g	3.00 g	27.44 g	12.74 g	1.53 g	28.74 g	9.17 g	1.20 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
88.01 g 0.00 g 7.75 g			65.38 g 0.00 g 5.19 g			77.46 g 0.00 g 4.84 g			76.78 g 0.00 g 3.40 g			77.39 g 0.00 g 4.84 g			54.23 g 0.00 g 5.89 g			70.94 g 0.00 g 5.45 g			
<b>(30332)</b>	Kukoricagaluskalev es, Parajfőzelék,	Reszelttészta levés, Tejberisz	Zellerlevés**, Burgonyafőzelék,	Zöldséglevés, Párolt rizs sárgarépával,	Csurgatott tojás levés**, Galuska köret*,	Minestrone leves , Zöldborsófőzelék,	Meggylevés *mir.*, Párolt rizs sárgarépával,														
	Energia: 661.72 Kcal / 2,765.99 KJ			Energia: 453.51 Kcal / 1,895.67 KJ			Energia: 632.19 Kcal / 2,642.55 KJ			Energia: 623.69 Kcal / 2,607.02 KJ			Energia: 539.97 Kcal / 2,257.07 KJ			Energia: 449.27 Kcal / 1,877.95 KJ			Energia: 485.96 Kcal / 2,031.31 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav			
	33.72 g	18.30 g	2.91 g	29.45 g	7.21 g	2.12 g	28.93 g	21.74 g	5.66 g	21.88 g	24.98 g	6.95 g	26.58 g	12.80 g	3.00 g	27.44 g	12.74 g	1.53 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só						
88.01 g 0.00 g 7.75 g			65.38 g 0.00 g 5.19 g			77.46 g 0.00 g 4.84 g			76.78 g 0.00 g 3.40 g			77.39 g 0.00 g 4.84 g			54.23 g 0.00 g 5.89 g						

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

Vegetáriánus	Főtt burgonya 1/2, Bundás zsemle*, Alma**	kakaószórással*, Alma**	Főtt tojás lében**, Alma**	Rántott sajt, Őszibarackbefőtt, hám.	Gombapaprikás, Túró Rudi **	Sajt felfújt, Alma**	Rántott karfiol, Mini majonéz**
	Energia: 951.86 Kcal / 3,978.77 KJ	Energia: 531.78 Kcal / 2,222.84 KJ	Energia: 577.81 Kcal / 2,415.25 KJ	Energia: 943.75 Kcal / 3,944.88 KJ	Energia: 1,005.19 Kcal / 4,201.69 KJ	Energia: 846.29 Kcal / 3,537.49 KJ	Energia: 870.67 Kcal / 3,639.40 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.28 g 35.64 g 7.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 9.49 g 6.65 g 2.16 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 18.23 g 22.39 g 7.60 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 31.17 g 32.00 g 12.79 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 30.26 g 38.58 g 13.30 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 37.38 g 39.55 g 15.58 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 19.29 g 38.35 g 7.88 g
	Szénhidrát Cukor Só 128.33 g 0.00 g 4.87 g	Szénhidrát Cukor Só 106.93 g 33.74 g 2.09 g	Szénhidrát Cukor Só 73.15 g 0.00 g 3.36 g	Szénhidrát Cukor Só 131.04 g 14.00 g 6.65 g	Szénhidrát Cukor Só 131.67 g 7.94 g 6.48 g	Szénhidrát Cukor Só 83.89 g 0.00 g 5.19 g	Szénhidrát Cukor Só 110.36 g 0.00 g 5.67 g
<b>(30334) Enteritis</b>	Zöldség leves, Főtt burgonya, Sült csirkemell, Almapüre	Mediátorleves, Főtt burgonya, Sült csirkemell, Almapüre	Zöldség leves, Burgonyafőzelék TM, Sült csirkemell, Almapüre	Zöldség leves, Párolt rizs sárgarépával, Sertéssült, Almapüre	Zöldség leves, Burgonyapüré TM, Sertéssült, Almapüre	Zöldség leves, Párolt rizs 50 g, Párolt sárgarépa 1/2, Sült csirkemell, Almapüre	Zöldség leves, Párolt rizs 50 g, Párolt sárgarépa 1/2, Sült csirkemell, Almapüre
	Energia: 460.89 Kcal / 1,926.52 KJ	Energia: 391.94 Kcal / 1,638.31 KJ	Energia: 468.89 Kcal / 1,959.96 KJ	Energia: 577.86 Kcal / 2,415.45 KJ	Energia: 507.76 Kcal / 2,122.44 KJ	Energia: 528.33 Kcal / 2,208.42 KJ	Energia: 528.33 Kcal / 2,208.42 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsav 29.47 g 5.15 g 0.69 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.50 g 1.82 g 0.29 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 29.39 g 7.98 g 0.98 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 26.27 g 17.15 g 3.52 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 26.32 g 12.70 g 3.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 28.81 g 13.75 g 2.71 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 28.81 g 13.75 g 2.71 g
	Szénhidrát Cukor Só 71.80 g 0.00 g 3.95 g	Szénhidrát Cukor Só 64.19 g 0.00 g 3.86 g	Szénhidrát Cukor Só 67.80 g 0.00 g 5.32 g	Szénhidrát Cukor Só 78.29 g 0.00 g 4.98 g	Szénhidrát Cukor Só 69.99 g 0.00 g 4.84 g	Szénhidrát Cukor Só 70.52 g 0.00 g 7.28 g	Szénhidrát Cukor Só 70.52 g 0.00 g 7.28 g
<b>(30335) Mediátor</b>	Mediátorleves, Párolt rizs, Sült csirkemell, Őszibarackbefőtt, hám.	Mediátorleves, Párolt rizs, Sült csirkemell, Almapüre	Mediátorleves, Burgonyafőzelék, Sült csirkemell, Almapüre	Mediátorleves, Párolt rizs sárgarépával, Sült csirkemell, Almapüre	Mediátorleves, Főtt burgonya, Sült csirkemell, Almapüre	Mediátorleves, Sárgarépa főzelék, Sült csirkemell, Almapüre	Mediátorleves, Sült csirkemell, Burgonyapüré TM, Almapüre
	Energia: 519.44 Kcal / 2,171.26 KJ	Energia: 483.98 Kcal / 2,023.04 KJ	Energia: 441.74 Kcal / 1,846.47 KJ	Energia: 452.67 Kcal / 1,892.16 KJ	Energia: 391.94 Kcal / 1,638.31 KJ	Energia: 370.11 Kcal / 1,547.06 KJ	Energia: 382.57 Kcal / 1,599.14 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.40 g 7.64 g 1.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.40 g 8.04 g 1.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 28.08 g 8.65 g 2.61 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.20 g 6.25 g 0.80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.50 g 1.82 g 0.29 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 26.91 g 10.06 g 1.54 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 27.25 g 1.80 g 0.28 g
	Szénhidrát Cukor Só 84.15 g 11.20 g 5.21 g	Szénhidrát Cukor Só 74.19 g 0.00 g 5.22 g	Szénhidrát Cukor Só 60.95 g 0.00 g 5.24 g	Szénhidrát Cukor Só 70.49 g 0.00 g 5.37 g	Szénhidrát Cukor Só 64.19 g 0.00 g 3.86 g	Szénhidrát Cukor Só 41.87 g 0.00 g 5.87 g	Szénhidrát Cukor Só 62.19 g 0.00 g 5.23 g

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

	Kukoricagaluskaleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék TM, Sertéssült, Almapüre			Reszeltészta leves, Főtt burgonya 1/2, Almamártás TM, Sült csirkemell, Üdítő 2dl 12% almalé			Zöldségleves, Burgonyafőzelék TM, Sertéssült, Almapüre			Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S, Almapüre			Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás TM, Sertéssült, Almapüre			Zöldségleves, S.répa-főzelék TM, Sült csirkemell, Almapüre			Csontleves, Párolt rizs sárgarépával, Sült csirkemell, Alma bef., hámozott darabolt *		
	<b>(30336) Colitis</b>	Energia: 685.75 Kcal / 2,866.44 KJ			Energia: 547.44 Kcal / 2,288.30 KJ			Energia: 525.13 Kcal / 2,195.04 KJ			Energia: 658.48 Kcal / 2,752.45 KJ			Energia: 647.77 Kcal / 2,707.68 KJ			Energia: 417.06 Kcal / 1,743.31 KJ			Energia: 572.35 Kcal / 2,392.42 KJ	
Fehérje		Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
30.56 g		25.77 g	5.23 g	29.45 g	7.21 g	2.12 g	26.49 g	15.55 g	3.30 g	22.28 g	25.38 g	6.95 g	33.57 g	18.05 g	3.40 g	27.18 g	12.64 g	1.53 g	29.04 g	9.47 g	1.20 g
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
80.80 g		0.00 g	7.27 g	88.18 g	0.00 g	5.19 g	67.99 g	0.00 g	4.84 g	83.78 g	0.00 g	3.41 g	85.85 g	0.00 g	5.95 g	46.83 g	0.00 g	5.89 g	91.14 g	14.60 g	5.45 g
<b>(30337) Zsirszegény</b>	Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Alma**			Zöldségleves., Bulgur, Párolt brokkoli ** 1/2 adag, Sült csirkemell, Alma**			Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2, Párolt karfiol 1/2 adag, Sült csirkemell, Alma**			Zöldségleves, Zöldbabfőzelék TM, Sült csirkemell, Alma**			Zöldségleves, Főtt burgonya 1/2, Kapormártás, Sült csirkemell, Alma**			Zöldségleves, Sárgarépafőzelék, Sült csirkemell, Almapüre			Csontleves, Párolt zöldborsó, Sült csirkemell, Alma**		
	Energia: 666.46 Kcal / 2,785.80 KJ			Energia: 428.49 Kcal / 1,791.09 KJ			Energia: 502.80 Kcal / 2,101.70 KJ			Energia: 460.69 Kcal / 1,925.68 KJ			Energia: 609.33 Kcal / 2,547.00 KJ			Energia: 439.06 Kcal / 1,835.27 KJ			Energia: 573.65 Kcal / 2,397.86 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
	38.92 g	13.78 g	1.97 g	30.69 g	12.12 g	1.43 g	31.12 g	12.87 g	3.00 g	29.94 g	14.86 g	1.68 g	37.35 g	10.05 g	1.14 g	28.88 g	13.39 g	1.94 g	42.85 g	15.87 g	3.81 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
95.03 g	0.00 g	5.13 g	50.05 g	0.00 g	6.05 g	63.37 g	0.00 g	5.46 g	49.97 g	0.00 g	6.79 g	90.22 g	0.00 g	6.47 g	49.48 g	0.00 g	5.96 g	62.56 g	0.00 g	5.50 g	
	Kukoricagaluskaleves			Reszeltészta leves, Bulgur,			Zellerleves**,			Tarhonyaleves diétás, Zöldséges			Csurgatott tojás leves**, Galuska			Zöldségleves.,			Csontleves, Párolt		



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

<b>(30340) TEK</b>	es, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell, Alma**			Párolt brokkoli ** 1/2 adag, Sült csirkemell, Alma**			Burgonyafőzelék, Sült virsli, Alma**			rizseshús diab, Csemege uborka vödrös**, Alma**			köret*, Gombapaprikás, Alma**			S.répa főzelék Diab, Vagdalt pogácsa (sertés) 15-, Alma**			rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**				
	Energia: 740.86 Kcal / 3,096.79 KJ			Energia: 653.91 Kcal / 2,733.34 KJ			Energia: 697.26 Kcal / 2,914.55 KJ			Energia: 659.21 Kcal / 2,755.50 KJ			Energia: 977.71 Kcal / 4,086.83 KJ			Energia: 636.70 Kcal / 2,661.41 KJ			Energia: 594.54 Kcal / 2,485.18 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		
	40.17 g	17.14 g	3.16 g	38.04 g	17.43 g	3.31 g	22.83 g	33.59 g	12.49 g	22.40 g	25.66 g	6.95 g	28.87 g	35.10 g	11.14 g	25.00 g	26.87 g	6.55 g	19.21 g	16.28 g	1.21 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
104.60 g	0.00 g	5.04 g	88.98 g	0.00 g	6.74 g	73.07 g	0.00 g	5.22 g	83.01 g	0.00 g	5.38 g	133.52 g	0.00 g	6.49 g	72.02 g	0.00 g	6.48 g	90.56 g	0.00 g	3.33 g			
<b>(30341) Folyadék</b>	Szűrt leves 3 dl			Szűrt leves 3 dl			Szűrt leves 3 dl			Szűrt leves 3 dl			Szűrt leves 3 dl			Szűrt leves 3 dl			Szűrt leves 3 dl				
	Energia: 49.84 Kcal / 208.33 KJ			Energia: 49.84 Kcal / 208.33 KJ			Energia: 49.84 Kcal / 208.33 KJ			Energia: 49.84 Kcal / 208.33 KJ			Energia: 49.84 Kcal / 208.33 KJ			Energia: 49.84 Kcal / 208.33 KJ			Energia: 49.84 Kcal / 208.33 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		
	1.68 g	0.22 g	0.04 g	1.68 g	0.22 g	0.04 g	1.68 g	0.22 g	0.04 g	1.68 g	0.22 g	0.04 g	1.68 g	0.22 g	0.04 g	1.68 g	0.22 g	0.04 g	1.68 g	0.22 g	0.04 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
10.02 g	0.00 g	3.24 g	10.02 g	0.00 g	3.24 g	10.02 g	0.00 g	3.24 g	10.02 g	0.00 g	3.24 g	10.02 g	0.00 g	3.24 g	10.02 g	0.00 g	3.24 g	10.02 g	0.00 g	3.24 g	10.02 g	0.00 g	3.24 g
<b>(30400) Anyaszálló</b>	Zöldség leves, Főtt burgonya 1/2, Parajfőzelék, Sült csirkemell			Tárkonyos szárnyasraguleves, Tejberizs kakaószórással*, Alma**			Zellerleves**, Serpenyős burgonya 250 g, Sült virsli, Müzliszelet 20gr.**			Tarhonyaleves diétás, Zöldséges rizseshús S, Őszibarackbefőtt, hám.			Csurgatott tojás leves**, Galuska köret*, Gombapaprikás, Túró Rudi **			Minestrone leves, Sárgarépafőzelék, Sajt felfújt, Nápolyi szelet 20gr**			Meggyleves *mir.*, Párolt rizs sárgarépával, Rántott halrúd (pan.)**, Mini majonéz**				
	Energia: 614.28 Kcal / 2,567.69 KJ			Energia: 569.76 Kcal / 2,381.60 KJ			Energia: 730.51 Kcal / 3,053.53 KJ			Energia: 693.94 Kcal / 2,900.67 KJ			Energia: 1,005.19 Kcal / 4,201.69 KJ			Energia: 739.51 Kcal / 3,091.15 KJ			Energia: 683.42 Kcal / 2,856.70 KJ				
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
	38.32 g	13.18 g	1.97 g	16.73 g	8.44 g	1.98 g	24.64 g	31.44 g	11.08 g	22.28 g	24.98 g	6.95 g	30.26 g	38.58 g	13.30 g	27.58 g	41.56 g	16.05 g	19.33 g	23.37 g	3.83 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.53 g	0.00 g	5.11 g	105.43 g	33.74 g	2.29 g	84.80 g	3.13 g	6.82 g	93.74 g	11.20 g	3.40 g	131.67 g	7.94 g	6.48 g	63.09 g	0.00 g	5.75 g	96.59 g	0.00 g	2.17 g			



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.



**(30300)  
Könnyű  
vegyes B**

Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Főtt tojás+ Margarin+habtálca, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér		
Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 357.60 Kcal / 1,494.77 KJ			Energia: 347.48 Kcal / 1,452.47 KJ			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 KJ			Energia: 559.47 Kcal / 2,338.58 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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
17.13 g	12.30 g	4.65 g	15.90 g	10.15 g	1.94 g	18.10 g	7.60 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	17.04 g	31.47 g	9.32 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.04 g	0.00 g	2.11 g	52.09 g	0.10 g	1.66 g	53.10 g	0.35 g	2.77 g	51.85 g	0.10 g	1.52 g	52.86 g	0.10 g	2.15 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.89 g	0.10 g	2.72 g

**Vacsora**

**(30301)  
Könnyű  
vegyes A**

Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Főtt tojás + Margarin +habtálca			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér		
Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 357.60 Kcal / 1,494.77 KJ			Energia: 347.48 Kcal / 1,452.47 KJ			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 KJ			Energia: 559.47 Kcal / 2,338.58 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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
17.13 g	12.30 g	4.65 g	15.90 g	10.15 g	1.94 g	18.10 g	7.60 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	17.04 g	31.47 g	9.32 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.04 g	0.00 g	2.11 g	52.09 g	0.10 g	1.66 g	53.10 g	0.35 g	2.77 g	51.85 g	0.10 g	1.52 g	52.86 g	0.10 g	2.15 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.89 g	0.10 g	2.72 g

**(30302)  
Diabetikus  
Kard.**

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
<b>(30302) Diabetikus Kard.</b>		Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér	Zsemle, korpás **, Zöldség (uborka), Főtt tojás+ Margarin+habtálca	Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)	Zsemle, korpás **, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)	Zsemle, korpás **, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)	Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Zsemle, korpás **, körözött+margarin +papírtányér	
		Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 Kj	Energia: 375.60 Kcal / 1,570.01 Kj	Energia: 365.48 Kcal / 1,527.71 Kj	Energia: 309.53 Kcal / 1,293.84 Kj	Energia: 577.47 Kcal / 2,413.82 Kj	Energia: 358.20 Kcal / 1,497.28 Kj	Energia: 422.82 Kcal / 1,767.39 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	
		17.13 g 12.30 g 4.65 g	15.10 g 9.89 g 2.08 g	17.30 g 7.34 g 1.84 g	9.70 g 5.09 g 0.84 g	16.24 g 31.21 g 9.46 g	16.70 g 7.29 g 1.84 g	14.32 g 14.85 g 5.70 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
		48.04 g 0.00 g 2.11 g	55.69 g 0.00 g 1.56 g	56.70 g 0.25 g 2.67 g	55.45 g 0.00 g 1.42 g	56.46 g 0.00 g 2.05 g	55.60 g 0.25 g 2.60 g	56.49 g 0.00 g 2.62 g	
	<b>(30303) Diab tejmentes</b>		Zsemle, korpás **, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér	Zsemle, korpás **, Diab.dzsem+ Margarin+papírtányé	Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zöldség (uborka)	Zsemle, korpás **, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)	Zsemle, korpás **, Glut.O sonka0,05+ Marg.10, Zöldség (uborka)	Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Zsemle, korpás **, Glut.O sonka0,05+ Marg.10
			Energia: 557.65 Kcal / 2,330.98 Kj	Energia: 332.10 Kcal / 1,388.18 Kj	Energia: 364.08 Kcal / 1,521.85 Kj	Energia: 309.53 Kcal / 1,293.84 Kj	Energia: 387.85 Kcal / 1,621.21 Kj	Energia: 358.20 Kcal / 1,497.28 Kj	Energia: 381.97 Kcal / 1,596.63 Kj
			Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
			22.20 g 27.04 g 5.14 g	9.58 g 5.08 g 0.84 g	17.20 g 7.34 g 1.84 g	9.70 g 5.09 g 0.84 g	21.00 g 8.64 g 2.06 g	16.70 g 7.29 g 1.84 g	20.50 g 8.59 g 2.06 g
			Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		54.90 g 0.00 g 2.02 g	60.89 g 0.00 g 1.43 g	56.45 g 0.25 g 2.62 g	55.45 g 0.00 g 1.42 g	55.65 g 0.00 g 1.98 g	55.60 g 0.25 g 2.60 g	54.80 g 0.00 g 1.96 g	
<b>(30304) Kímélő</b>			Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér	Zsemle**, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zsemle**, Zöldség (jégcsapretek)	Zsemle**, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)	Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Kenyér szeletelt 0,10 kg	Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér
			Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 Kj	Energia: 387.14 Kcal / 1,618.25 Kj	Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 Kj	Energia: 332.59 Kcal / 1,390.23 Kj	Energia: 559.47 Kcal / 2,338.58 Kj	Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 Kj	Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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
			17.13 g 12.30 g 4.65 g	15.10 g 9.89 g 2.08 g	17.30 g 7.34 g 1.84 g	9.70 g 5.09 g 0.84 g	16.24 g 31.21 g 9.46 g	16.70 g 7.29 g 1.84 g	14.32 g 14.85 g 5.70 g
			Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		48.04 g 0.00 g 2.11 g	55.69 g 0.00 g 1.56 g	56.70 g 0.25 g 2.67 g	55.45 g 0.00 g 1.42 g	56.46 g 0.00 g 2.05 g	55.60 g 0.25 g 2.60 g	56.49 g 0.00 g 2.62 g	





Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

17.13 g	12.30 g	4.65 g	18.16 g	6.56 g	1.70 g	18.26 g	6.56 g	1.70 g	10.66 g	4.31 g	0.70 g	17.04 g	31.47 g	9.32 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.04 g	0.00 g	2.11 g	63.41 g	0.25 g	2.92 g	63.66 g	0.25 g	2.97 g	62.41 g	0.00 g	1.72 g	52.86 g	0.10 g	2.15 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.89 g	0.10 g	2.72 g



<b>(30305) Tejmentes</b>	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányér	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Főtt tojás + Margarin +habtálca	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zöldség (uborka)	Zsemle**, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé
	Energia: 580.71 Kcal / 2,427.37 KJ	Energia: 357.60 Kcal / 1,494.77 KJ	Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 KJ	Energia: 387.14 Kcal / 1,618.25 KJ	Energia: 387.14 Kcal / 1,618.25 KJ	Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ	Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	23.16 g 26.26 g 5.00 g	15.90 g 10.15 g 1.94 g	18.26 g 6.56 g 1.70 g	18.16 g 6.56 g 1.70 g	18.16 g 6.56 g 1.70 g	17.66 g 6.51 g 1.70 g	17.66 g 6.51 g 1.70 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
61.86 g 0.00 g 2.32 g	52.09 g 0.10 g 1.66 g	63.66 g 0.25 g 2.97 g	63.41 g 0.25 g 2.92 g	63.41 g 0.25 g 2.92 g	62.56 g 0.25 g 2.90 g	62.56 g 0.25 g 2.90 g	
<b>(30306) Diabetikus Kímélő</b>	Kefír+ Kockasajt +papírtányér, Kifli**	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zsemle**, Zöldség (jégcsapretek)	Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka), Zsemle, korpás **	Zsemle, korpás **, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)	Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Kenyér szeletelt 0,10 kg	Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ	Energia: 346.08 Kcal / 1,446.61 KJ	Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 KJ	Energia: 309.53 Kcal / 1,293.84 KJ	Energia: 577.47 Kcal / 2,413.82 KJ	Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ	Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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
	17.13 g 12.30 g 4.65 g	18.00 g 7.60 g 1.70 g	18.26 g 6.56 g 1.70 g	9.70 g 5.09 g 0.84 g	16.24 g 31.21 g 9.46 g	17.50 g 7.55 g 1.70 g	15.12 g 15.11 g 5.56 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
48.04 g 0.00 g 2.11 g	52.85 g 0.35 g 2.72 g	63.66 g 0.25 g 2.97 g	55.45 g 0.00 g 1.42 g	56.46 g 0.00 g 2.05 g	52.00 g 0.35 g 2.70 g	52.89 g 0.10 g 2.72 g	
<b>(30308) Gyermek</b>	Kifli**, Gyüm.jogh	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldséges	Kenyér szeletelt 0,10 kg,	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka	Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

könnyű vegyes	+Kockasajt +papírtányé			(uborka), Főtt tojás + Margarin +habtálca			+papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			+ Margarin +papírtányé			+margarin +papírtányér		
	Energia: 426.61 Kcal / 1,783.23 KJ			Energia: 357.60 Kcal / 1,494.77 KJ			Energia: 347.48 Kcal / 1,452.47 KJ			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 KJ			Energia: 559.47 Kcal / 2,338.58 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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
	18.42 g	12.73 g	7.67 g	15.90 g	10.15 g	1.94 g	18.10 g	7.60 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	17.04 g	31.47 g	9.32 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
60.40 g 10.39 g 2.15 g			52.09 g 0.10 g 1.66 g			53.10 g 0.35 g 2.77 g			51.85 g 0.10 g 1.52 g			52.86 g 0.10 g 2.15 g			52.00 g 0.35 g 2.70 g			52.89 g 0.10 g 2.72 g			
(30309) Tejmentes pépes	Kenyér szeletelt 0,10 kg, GMsonka darált0,05+üdítő +marg			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg			Kenyér szeletelt 0,10 kg, GMsonka darált0,05+üdítő +marg			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg					
	Energia: 457.90 Kcal / 1,914.02 KJ			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 KJ			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 KJ			Energia: 457.90 Kcal / 1,914.02 KJ			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 KJ			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 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			
	21.30 g	8.85 g	1.92 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só						
74.00 g 0.10 g 2.06 g			51.20 g 0.10 g 2.06 g			51.20 g 0.10 g 2.06 g			74.00 g 0.10 g 2.06 g			51.20 g 0.10 g 2.06 g			51.20 g 0.10 g 2.06 g						
(30310) Műtétes pépes	Tejbedara diab, Üdítő 2dl 12% almale			Tejbedara diab, Üdítő 2dl 12% almale			Tejbedara diab, Üdítő 2dl 12% almale			Tejbedara diab, Üdítő 2dl 12% almale			Tejbedara diab, Üdítő 2dl 12% almale			Tejbedara diab, Üdítő 2dl 12% almale					
	Energia: 396.84 Kcal / 1,658.79 KJ			Energia: 396.84 Kcal / 1,658.79 KJ			Energia: 396.84 Kcal / 1,658.79 KJ			Energia: 396.84 Kcal / 1,658.79 KJ			Energia: 396.84 Kcal / 1,658.79 KJ			Energia: 396.84 Kcal / 1,658.79 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
	14.90 g	5.00 g	2.44 g	14.90 g	5.00 g	2.44 g	14.90 g	5.00 g	2.44 g	14.90 g	5.00 g	2.44 g	14.90 g	5.00 g	2.44 g	14.90 g	5.00 g	2.44 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só						
75.40 g 0.00 g 0.89 g			75.40 g 0.00 g 0.89 g			75.40 g 0.00 g 0.89 g			75.40 g 0.00 g 0.89 g			75.40 g 0.00 g 0.89 g			75.40 g 0.00 g 0.89 g						
Kenyér szeletelt			Kenyér szeletelt			Kenyér szeletelt			Kenyér szeletelt			Zsemle, korpás **,			Resz.sajt0,03+			Kenyér szeletelt			

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

(30311) Diab péses	0,10 kg, Kockasajt +Kefir+papírtányér			0,10 kg, FőtttojásRESZELT +joghurt+habt.			0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg			0,10 kg, glut0sonka darált0,05+Tejföl			Tonhalkrém+Marg +Papír			Joghurt, Kenyér szeletelt 0,10 kg			0,10 kg, körözött +papírtányér		
	Energia: 369.33 Kcal / 1,543.80 KJ			Energia: 400.07 Kcal / 1,672.29 KJ			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 KJ			Energia: 619.29 Kcal / 2,588.63 KJ			Energia: 571.59 Kcal / 2,389.25 KJ			Energia: 445.56 Kcal / 1,862.44 KJ			Energia: 373.17 Kcal / 1,559.85 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	15.79 g	8.90 g	1.67 g	19.50 g	11.20 g	4.14 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g	24.24 g	33.35 g	16.62 g	15.74 g	31.16 g	9.46 g	22.41 g	14.83 g	8.26 g	15.12 g	11.61 g	4.86 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
58.14 g	0.10 g	2.09 g	56.74 g	0.10 g	1.94 g	51.20 g	0.10 g	2.06 g	56.52 g	0.10 g	2.06 g	55.61 g	0.00 g	2.03 g	56.98 g	0.10 g	2.53 g	52.89 g	0.10 g	2.72 g	
(30312) Péses könnyű vegyes	Kifli**, Gyüm.jogh +Kockasajt +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Főtt tojás + Margarin +habtálca			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér		
	Energia: 426.61 Kcal / 1,783.23 KJ			Energia: 357.60 Kcal / 1,494.77 KJ			Energia: 347.48 Kcal / 1,452.47 KJ			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 KJ			Energia: 559.47 Kcal / 2,338.58 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	18.42 g	12.73 g	7.67 g	15.90 g	10.15 g	1.94 g	18.10 g	7.60 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	17.04 g	31.47 g	9.32 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
60.40 g	10.39 g	2.15 g	52.09 g	0.10 g	1.66 g	53.10 g	0.35 g	2.77 g	51.85 g	0.10 g	1.52 g	52.86 g	0.10 g	2.15 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.89 g	0.10 g	2.72 g	
(30313) Foly-péses	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Kefir+ Kockasajt +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, FőtttojásRESZELT +joghurt+habt.			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+kefir			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Darált sonka0,05 + tejföl			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Kefir 150gr. 3,5%zs**, Tonhalkrém			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+kefir			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +joghurt +papírtányér		
	Energia: 369.33 Kcal / 1,543.80 KJ			Energia: 400.07 Kcal / 1,672.29 KJ			Energia: 409.32 Kcal / 1,710.96 KJ			Energia: 590.70 Kcal / 2,469.13 KJ			Energia: 598.94 Kcal / 2,503.57 KJ			Energia: 409.32 Kcal / 1,710.96 KJ			Energia: 453.17 Kcal / 1,894.25 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	15.79 g	8.90 g	1.67 g	19.50 g	11.20 g	4.14 g	25.60 g	9.55 g	1.33 g	20.59 g	31.06 g	15.81 g	20.84 g	32.12 g	8.73 g	25.60 g	9.55 g	1.33 g	19.22 g	16.21 g	7.76 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
58.14 g	0.10 g	2.09 g	56.74 g	0.10 g	1.94 g	56.80 g	0.10 g	2.51 g	58.21 g	0.10 g	2.46 g	57.61 g	0.10 g	2.58 g	56.80 g	0.10 g	2.51 g	58.39 g	0.10 g	3.02 g	

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

<b>(30314)</b> Pépes	Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, FőtttojásRESZELT +joghurt+habt.			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Darált sonka0,05 + tejföl			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tonhalkrém+Marg +Papír			Kenyér szeletelt 0,10 kg, glut0sonka darált0,05+marg			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér		
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 400.07 Kcal / 1,672.29 KJ			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 KJ			Energia: 590.70 Kcal / 2,469.13 KJ			Energia: 553.59 Kcal / 2,314.01 KJ			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 KJ			Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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
	17.13 g	12.30 g	4.65 g	19.50 g	11.20 g	4.14 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g	20.59 g	31.06 g	15.81 g	16.54 g	31.42 g	9.32 g	21.30 g	8.85 g	1.92 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
48.04 g	0.00 g	2.11 g	56.74 g	0.10 g	1.94 g	51.20 g	0.10 g	2.06 g	58.21 g	0.10 g	2.46 g	52.01 g	0.10 g	2.13 g	51.20 g	0.10 g	2.06 g	52.89 g	0.10 g	2.72 g	
<b>(30315) TEK</b> tejmentes	Zsemle, korpás **, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Főtt tojás + Margarin +habtálca			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Zsemle**, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Zsemle, korpás **, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé		
	Energia: 557.65 Kcal / 2,330.98 KJ			Energia: 357.60 Kcal / 1,494.77 KJ			Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 KJ			Energia: 332.59 Kcal / 1,390.23 KJ			Energia: 364.08 Kcal / 1,521.85 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 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
	22.20 g	27.04 g	5.14 g	15.90 g	10.15 g	1.94 g	18.26 g	6.56 g	1.70 g	10.66 g	4.31 g	0.70 g	17.20 g	7.34 g	1.84 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
54.90 g	0.00 g	2.02 g	52.09 g	0.10 g	1.66 g	63.66 g	0.25 g	2.97 g	62.41 g	0.00 g	1.72 g	56.45 g	0.25 g	2.62 g	62.56 g	0.25 g	2.90 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	
<b>(30316)</b> Syncumar	Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Főtt tojás + Margarin +habtálca			Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zsemle**, Zöldség (jégcsapretek)			Zsemle**, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka), Zsemle**			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Zsemle**, körözött +margarin +papírtányér		
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 357.60 Kcal / 1,494.77 KJ			Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 KJ			Energia: 332.59 Kcal / 1,390.23 KJ			Energia: 600.53 Kcal / 2,510.22 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 445.88 Kcal / 1,863.78 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
	17.13 g	12.30 g	4.65 g	15.90 g	10.15 g	1.94 g	18.26 g	6.56 g	1.70 g	10.66 g	4.31 g	0.70 g	17.20 g	30.43 g	9.32 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.28 g	14.07 g	5.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.																							
	48.04 g	0.00 g	2.11 g	52.09 g	0.10 g	1.66 g	63.66 g	0.25 g	2.97 g	62.41 g	0.00 g	1.72 g	63.42 g	0.00 g	2.35 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	63.45 g	0.00 g	2.92 g		
<b>(30318)</b> Roboráló	Kifli**, Vák.Zala +kefir+papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Glut.0 sonka0,05+Marg +főtttojá			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +sajtkrém+papír			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér				
	Energia: 587.00 Kcal / 2,453.66 KJ			Energia: 435.92 Kcal / 1,822.15 KJ			Energia: 347.48 Kcal / 1,452.47 KJ			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 KJ			Energia: 559.47 Kcal / 2,338.58 KJ			Energia: 409.17 Kcal / 1,710.33 KJ			Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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		
	28.64 g	31.40 g	7.39 g	27.20 g	13.70 g	3.16 g	18.10 g	7.60 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	17.04 g	31.47 g	9.32 g	21.43 g	11.69 g	5.10 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46.80 g	0.00 g	2.59 g	52.29 g	0.10 g	2.22 g	53.10 g	0.35 g	2.77 g	51.85 g	0.10 g	1.52 g	52.86 g	0.10 g	2.15 g	56.07 g	0.35 g	3.29 g	52.89 g	0.10 g	2.72 g			
<b>(30320)</b> Epekímélő	Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zsemle**, Zöldség (jégcsapretek)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé				
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 KJ			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 KJ			Energia: 346.08 Kcal / 1,446.61 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 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		
	17.13 g	12.30 g	4.65 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	18.26 g	6.56 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	18.00 g	7.60 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.04 g	0.00 g	2.11 g	62.56 g	0.25 g	2.90 g	63.66 g	0.25 g	2.97 g	51.85 g	0.10 g	1.52 g	52.85 g	0.35 g	2.72 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g			
<b>(30321)</b> Epekímélő Diab.	Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zsemle**, Zöldség (jégcsapretek)			Zöldséges szelet0,05+marg, Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka)			Zsemle**, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé				
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 KJ			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 KJ			Energia: 346.08 Kcal / 1,446.61 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 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		
	17.13 g	12.30 g	4.65 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	18.26 g	6.56 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	18.00 g	7.60 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.04 g	0.00 g	2.11 g	62.56 g	0.25 g	2.90 g	63.66 g	0.25 g	2.97 g	51.85 g	0.10 g	1.52 g	52.85 g	0.35 g	2.72 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g			



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

		Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 Kj			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 Kj			Energia: 388.54 Kcal / 1,624.10 Kj			Energia: 291.53 Kcal / 1,218.60 Kj			Energia: 387.14 Kcal / 1,618.25 Kj			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 Kj			Energia: 358.20 Kcal / 1,497.28 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
<b>(30322)</b> <b>Energiaszegény</b>	Kefír+ Kockasajt +papírtányér, Kifli**	17.13 g	12.30 g	4.65 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	18.26 g	6.56 g	1.70 g	10.50 g	5.35 g	0.70 g	18.16 g	6.56 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	16.70 g	7.29 g	1.84 g
	Zsemle, korpás **, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	48.04 g	0.00 g	2.11 g	62.56 g	0.25 g	2.90 g	63.66 g	0.25 g	2.97 g	51.85 g	0.10 g	1.52 g	63.41 g	0.25 g	2.92 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	55.60 g	0.25 g	2.60 g
	Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+papír, Zöldség (jégcsapretek)																					
	Kenyér szeletelt 0,10 kg, kefir +zölds.szelet +papírtálca, Zöldség (uborka)																					
<b>(30323)</b> <b>Fehérjeszegény</b>	Kefír+ Kockasajt +papírtányér, Kifli**	11.46 g	9.70 g	3.16 g	12.60 g	6.57 g	1.77 g	17.30 g	3.84 g	1.14 g	14.80 g	6.05 g	0.11 g	16.24 g	27.71 g	8.76 g	12.10 g	3.02 g	1.07 g	9.72 g	10.58 g	4.93 g
	Zsemle, korpás **, Zöldség (uborka)	27.59 g	0.00 g	1.35 g	29.15 g	0.25 g	1.92 g	56.70 g	0.25 g	2.67 g	57.45 g	0.10 g	1.97 g	56.46 g	0.00 g	2.05 g	28.30 g	0.25 g	1.90 g	29.19 g	0.00 g	1.92 g
	Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+papír																					
	Zsemle, korpás **, körözött +papírtányér																					
<b>(30323)</b> <b>Fehérjeszegény</b>	Kefír+Margarin +papírtányér, Kifli**	15.64 g	12.90 g	3.79 g	10.48 g	8.68 g	1.94 g	14.69 g	8.45 g	4.10 g	10.66 g	4.31 g	0.70 g	17.20 g	30.43 g	9.32 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	15.28 g	14.07 g	5.56 g
	Zsemle**, Főtt tojás+ Margarin +habtálca	46.50 g	0.00 g	1.97 g	31.02 g	0.00 g	0.99 g	66.73 g	0.00 g	2.36 g	62.41 g	0.00 g	1.72 g	63.42 g	0.00 g	2.35 g	62.56 g	0.25 g	2.90 g	63.45 g	0.00 g	2.92 g
	Zsemle**, Sajtkrém natúr+ papírtányér, Zöldség (jégcsapretek)																					
	Zsemle**, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)																					
<b>(30323)</b> <b>Fehérjeszegény</b>	Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka), Zsemle**																					
	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé																					
	Zsemle**, körözött +margarin +papírtányér																					



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

(30324) Gluténmentés	Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Főtt tojás+ Margarin+habtálca, Zöldség (uborka)			Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Zöldség (uborka), Zöldséges szelet0,05+marg			Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			körözött+margarin +papírtányér		
	Energia: 115.33 Kcal / 482.08 KJ			Energia: 103.60 Kcal / 433.05 KJ			Energia: 93.48 Kcal / 390.75 KJ			Energia: 37.53 Kcal / 156.88 KJ			Energia: 305.47 Kcal / 1,276.86 KJ			Energia: 86.20 Kcal / 360.32 KJ			Energia: 150.82 Kcal / 630.43 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
	5.79 g	7.10 g	1.67 g	5.90 g	8.35 g	1.94 g	8.10 g	5.80 g	1.70 g	0.50 g	3.55 g	0.70 g	7.04 g	29.67 g	9.32 g	7.50 g	5.75 g	1.70 g	5.12 g	13.31 g	5.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
7.14 g	0.00 g	0.59 g	1.09 g	0.00 g	0.16 g	2.10 g	0.25 g	1.27 g	0.85 g	0.00 g	0.02 g	1.86 g	0.00 g	0.65 g	1.00 g	0.25 g	1.20 g	1.89 g	0.00 g	1.22 g	
(30326) Transz A protokoll	Zsemle**, Sajtkr.natúr+kefir papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.sajtos párizsi+marg+papír			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +kefir+papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +Marg+Tejföl +papír			Zsemle**, Vák.Sonka+kefir +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Sajtkr natúr+marg +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Zala +körözött+papír		
	Energia: 472.68 Kcal / 1,975.80 KJ			Energia: 395.65 Kcal / 1,653.82 KJ			Energia: 385.55 Kcal / 1,611.60 KJ			Energia: 627.17 Kcal / 2,621.57 KJ			Energia: 426.61 Kcal / 1,783.23 KJ			Energia: 386.27 Kcal / 1,614.61 KJ			Energia: 627.17 Kcal / 2,621.57 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	18.39 g	12.60 g	4.21 g	10.55 g	6.15 g	5.05 g	21.80 g	8.25 g	1.11 g	20.44 g	35.55 g	17.10 g	21.96 g	7.21 g	1.11 g	13.93 g	12.94 g	4.80 g	28.12 g	33.61 g	9.16 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
71.23 g	0.00 g	2.74 g	51.60 g	0.13 g	2.60 g	57.60 g	0.35 g	3.15 g	57.32 g	0.35 g	2.70 g	68.16 g	0.25 g	3.35 g	55.07 g	0.10 g	2.09 g	53.19 g	0.10 g	3.34 g	
(30327) Diab purinszegény	Kefír+ Kockasajt +papírtányér, Kifli**			Zsemle, korpás **, Kefíres túró+marg +papír, Zöldség (uborka)			Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Zsemle, korpás **, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Zsemle, korpás **, Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			Zsemle, korpás **, Sajtkrém natúr+ papírtányér			Zsemle, korpás **, körözött+margarin +papírtányér		
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 375.08 Kcal / 1,567.83 KJ			Energia: 365.48 Kcal / 1,527.71 KJ			Energia: 309.53 Kcal / 1,293.84 KJ			Energia: 577.47 Kcal / 2,413.82 KJ			Energia: 372.62 Kcal / 1,557.55 KJ			Energia: 422.82 Kcal / 1,767.39 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
	17.13 g	12.30 g	4.65 g	16.23 g	8.38 g	2.19 g	17.30 g	7.34 g	1.84 g	9.70 g	5.09 g	0.84 g	16.24 g	31.21 g	9.46 g	13.13 g	9.18 g	4.24 g	14.32 g	14.85 g	5.70 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
48.04 g	0.00 g	2.11 g	57.87 g	0.00 g	2.51 g	56.70 g	0.25 g	2.67 g	55.45 g	0.00 g	1.42 g	56.46 g	0.00 g	2.05 g	58.67 g	0.00 g	1.99 g	56.49 g	0.00 g	2.62 g	

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

(30328) Transz D protokoll	Zsemle**, Sajtkr.natúr+kefir papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.sajtos párizsi+marg+papír			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +kefir+papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +Marg+Tejföl +papír			Zsemle**, Vák.Sonka+kefir +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Sajtkr natúr+marg +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Zala +körözött+papír		
	Energia: 472.68 Kcal / 1,975.80 KJ			Energia: 395.65 Kcal / 1,653.82 KJ			Energia: 385.55 Kcal / 1,611.60 KJ			Energia: 627.17 Kcal / 2,621.57 KJ			Energia: 426.61 Kcal / 1,783.23 KJ			Energia: 386.27 Kcal / 1,614.61 KJ			Energia: 627.17 Kcal / 2,621.57 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
	18.39 g	12.60 g	4.21 g	10.55 g	6.15 g	5.05 g	21.80 g	8.25 g	1.11 g	20.44 g	35.55 g	17.10 g	21.96 g	7.21 g	1.11 g	13.93 g	12.94 g	4.80 g	28.12 g	33.61 g	9.16 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
71.23 g	0.00 g	2.74 g	51.60 g	0.13 g	2.60 g	57.60 g	0.35 g	3.15 g	57.32 g	0.35 g	2.70 g	68.16 g	0.25 g	3.35 g	55.07 g	0.10 g	2.09 g	53.19 g	0.10 g	3.34 g	
(30329) Transz gluténmentes	Sajtkr.natúr+kefir papírtányér			Vák.sajtos párizsi +marg+papír			Vák.Sonka+Marg +Kefir+papír			Vák.Sonka+Marg +Tejföl+papír			Vák.Sonka+kefir +papírtányér			Sajtkr natúr+marg +papírtányér			Vák.Zala+körözött +papír		
	Energia: 177.62 Kcal / 742.45 KJ			Energia: 141.65 Kcal / 592.10 KJ			Energia: 163.20 Kcal / 682.18 KJ			Energia: 373.17 Kcal / 1,559.85 KJ			Energia: 131.55 Kcal / 549.88 KJ			Energia: 132.27 Kcal / 552.89 KJ			Energia: 373.17 Kcal / 1,559.85 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
	8.23 g	11.84 g	4.21 g	0.55 g	4.35 g	5.05 g	11.80 g	9.95 g	1.81 g	10.44 g	33.75 g	17.10 g	11.80 g	6.45 g	1.11 g	3.93 g	11.14 g	4.80 g	18.12 g	31.81 g	9.16 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
9.67 g	0.00 g	1.04 g	0.60 g	0.03 g	1.10 g	6.60 g	0.25 g	1.65 g	6.32 g	0.25 g	1.20 g	6.60 g	0.25 g	1.65 g	4.07 g	0.00 g	0.59 g	2.19 g	0.00 g	1.84 g	
(30330) Transz tejmentes	Zsemle**, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Zsemle**, Vák.Párizsi+Marg +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér		
	Energia: 580.71 Kcal / 2,427.37 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 422.21 Kcal / 1,764.84 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 539.65 Kcal / 2,255.74 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
	23.16 g	26.26 g	5.00 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.66 g	11.76 g	3.15 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	23.00 g	27.30 g	5.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
61.86 g	0.00 g	2.32 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	61.66 g	0.00 g	2.30 g	52.00 g	0.35 g	2.70 g	51.30 g	0.10 g	2.12 g	





Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

<b>(30332)</b> Vegetáriánus	Zsemle, korpás **, Kefir+ Kockasajt +papírtányér	Zsemle, korpás **, Zöldség (uborka), Kefíres túró+marg +papír	Zsemle, korpás **, Sajtkrém natúr+ papírtányér	Zsemle, korpás **, tejföl+marg +papírtálca, Zöldség (uborka)	Zsemle, korpás **, margarin+natúr sajtkrém+papírt, Zöldség (uborka)	Zsemle, korpás **, sajtkrém natúr +papírtányér	Zsemle, korpás **, körözött+margarin +papírtányér
	Energia: 387.33 Kcal / 1,619.04 KJ	Energia: 375.08 Kcal / 1,567.83 KJ	Energia: 372.62 Kcal / 1,557.55 KJ	Energia: 596.50 Kcal / 2,493.37 KJ	Energia: 382.46 Kcal / 1,598.68 KJ	Energia: 372.62 Kcal / 1,557.55 KJ	Energia: 422.82 Kcal / 1,767.39 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.99 g 8.64 g 1.81 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16.23 g 8.38 g 2.19 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.13 g 9.18 g 4.24 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12.64 g 33.09 g 16.24 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.63 g 9.67 g 4.33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.13 g 9.18 g 4.24 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.32 g 14.85 g 5.70 g
	Szénhidrát Cukor Só 61.74 g 0.00 g 1.99 g	Szénhidrát Cukor Só 57.87 g 0.00 g 2.51 g	Szénhidrát Cukor Só 58.67 g 0.00 g 1.99 g	Szénhidrát Cukor Só 60.77 g 0.00 g 1.42 g	Szénhidrát Cukor Só 59.52 g 0.00 g 2.01 g	Szénhidrát Cukor Só 58.67 g 0.00 g 1.99 g	Szénhidrát Cukor Só 56.49 g 0.00 g 2.62 g
<b>(30334)</b> Enteritis	Zsemle**, Vák.Zala+üditő +papírtányér	Kifli**, Vák.Sonka +üditő+papír	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +üditő+papír	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +üditő+papír	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +üditő+papír	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +üditő+papír	Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Zala +üditő+papírtányér
	Energia: 642.99 Kcal / 2,687.70 KJ	Energia: 404.48 Kcal / 1,690.73 KJ	Energia: 402.48 Kcal / 1,682.37 KJ	Energia: 402.48 Kcal / 1,682.37 KJ	Energia: 402.48 Kcal / 1,682.37 KJ	Energia: 402.48 Kcal / 1,682.37 KJ	Energia: 601.93 Kcal / 2,516.07 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.16 g 22.76 g 4.30 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.84 g 7.45 g 3.98 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.50 g 4.05 g 1.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.50 g 4.05 g 1.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.50 g 4.05 g 1.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.50 g 4.05 g 1.00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.00 g 23.80 g 4.30 g
	Szénhidrát Cukor Só 84.66 g 0.00 g 2.32 g	Szénhidrát Cukor Só 64.70 g 0.25 g 2.72 g	Szénhidrát Cukor Só 74.80 g 0.35 g 2.70 g	Szénhidrát Cukor Só 74.80 g 0.35 g 2.70 g	Szénhidrát Cukor Só 74.80 g 0.35 g 2.70 g	Szénhidrát Cukor Só 74.80 g 0.35 g 2.70 g	Szénhidrát Cukor Só 74.10 g 0.10 g 2.12 g
<b>(30335)</b> Mediátor	Zsemle**, Joghurt + Margarin +papírtányér	Zsemle**, Joghurt + Margarin +papírtányér	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Zsemle**, Trapp.sajt0,05+ Margarin10	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé	Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé
	Energia: 406.71 Kcal / 1,700.05 KJ	Energia: 406.71 Kcal / 1,700.05 KJ	Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ	Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ	Energia: 512.65 Kcal / 2,142.88 KJ	Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ	Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.26 g 8.86 g 3.60 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.26 g 8.86 g 3.60 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.66 g 6.51 g 1.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.66 g 6.51 g 1.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 24.01 g 18.31 g 9.63 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.66 g 6.51 g 1.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17.66 g 6.51 g 1.70 g
	Szénhidrát Cukor Só 67.06 g 0.00 g 2.00 g	Szénhidrát Cukor Só 67.06 g 0.00 g 2.00 g	Szénhidrát Cukor Só 62.56 g 0.25 g 2.90 g	Szénhidrát Cukor Só 62.56 g 0.25 g 2.90 g	Szénhidrát Cukor Só 62.36 g 0.00 g 2.91 g	Szénhidrát Cukor Só 62.56 g 0.25 g 2.90 g	Szénhidrát Cukor Só 62.56 g 0.25 g 2.90 g



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

<b>(30336) Colitis</b>	Zsemle**, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Zsemle**, Vák.Sonka+marg +papírtálca			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Zsemle**, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Zsemle**, Vák.Zala+ Margarin +papírtányér				
	Energia: 580.71 Kcal / 2,427.37 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 381.26 Kcal / 1,593.67 KJ			Energia: 580.71 Kcal / 2,427.37 KJ				
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv		
	23.16 g	26.26 g	5.00 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	17.66 g	6.51 g	1.70 g	23.16 g	26.26 g	5.00 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só					
61.86 g 0.00 g 2.32 g			62.56 g 0.25 g 2.90 g			62.56 g 0.25 g 2.90 g			62.56 g 0.25 g 2.90 g			62.56 g 0.25 g 2.90 g			62.56 g 0.25 g 2.90 g			61.86 g 0.00 g 2.32 g					
<b>(30337) Zsírsegény</b>	Kifli**, Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka +kefir+papírtányér			Zsemle**, Vák.Sonka+papír, Zöldség (jégcsapretek)			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Zöldség (uborka), Glut.0 sonka0,05+kefir			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Tonhalkrém , Zöldség (uborka)			Zsemle, korpás **, Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +papírtányér				
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 385.55 Kcal / 1,611.60 KJ			Energia: 356.89 Kcal / 1,491.80 KJ			Energia: 415.20 Kcal / 1,735.54 KJ			Energia: 527.82 Kcal / 2,206.29 KJ			Energia: 358.20 Kcal / 1,497.28 KJ			Energia: 373.17 Kcal / 1,559.85 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		
	17.13 g	12.30 g	4.65 g	21.80 g	8.25 g	1.11 g	18.26 g	3.06 g	1.00 g	26.10 g	9.60 g	1.33 g	17.04 g	27.97 g	8.62 g	16.70 g	7.29 g	1.84 g	15.12 g	11.61 g	4.86 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só					
48.04 g 0.00 g 2.11 g			57.60 g 0.35 g 3.15 g			63.66 g 0.25 g 2.97 g			57.65 g 0.10 g 2.53 g			52.86 g 0.10 g 2.15 g			55.60 g 0.25 g 2.60 g			52.89 g 0.10 g 2.72 g					
<b>(30340) TEK</b>	Kefír+ Kockasajt +papírtányér, Kifli**			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé, Zöldség (jégcsapretek)			Zsemle**, Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Zsemle**, Zöldség (uborka), Vák.Sonka+ Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, Vák.Sonka + Margarin +papírtányé			Kenyér szeletelt 0,10 kg, körözött +margarin +papírtányér				
	Energia: 371.33 Kcal / 1,552.16 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 347.48 Kcal / 1,452.47 KJ			Energia: 332.59 Kcal / 1,390.23 KJ			Energia: 387.14 Kcal / 1,618.25 KJ			Energia: 340.20 Kcal / 1,422.04 KJ			Energia: 404.82 Kcal / 1,692.15 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		
	17.13 g	12.30 g	4.65 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	18.10 g	7.60 g	1.70 g	10.66 g	4.31 g	0.70 g	18.16 g	6.56 g	1.70 g	17.50 g	7.55 g	1.70 g	15.12 g	15.11 g	5.56 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só					
48.04 g 0.00 g 2.11 g			52.00 g 0.35 g 2.70 g			53.10 g 0.35 g 2.77 g			62.41 g 0.00 g 1.72 g			63.41 g 0.25 g 2.92 g			52.00 g 0.35 g 2.70 g			52.89 g 0.10 g 2.72 g					



Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

(30341) Folyadék	Üdítő 2dl 12% almalé, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**			Üdítő 2dl 12% almalé, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**			Üdítő 2dl 12% almalé, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**			Üdítő 2dl 12% almalé, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**			Üdítő 2dl 12% almalé, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**			Üdítő 2dl 12% almalé, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**			Üdítő 2dl 12% almalé, Ásványvíz 1.5 lit mizsei**					
	Energia: 93.93 Kcal / 392.63 KJ			Energia: 93.93 Kcal / 392.63 KJ			Energia: 93.93 Kcal / 392.63 KJ			Energia: 93.93 Kcal / 392.63 KJ			Energia: 93.93 Kcal / 392.63 KJ			Energia: 93.93 Kcal / 392.63 KJ			Energia: 93.93 Kcal / 392.63 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	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	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	Szénhidrát	Cukor	Só	
22.80 g	0.00 g	0.70 g	22.80 g	0.00 g	0.70 g	22.80 g	0.00 g	0.70 g	22.80 g	0.00 g	0.70 g	22.80 g	0.00 g	0.70 g	22.80 g	0.00 g	0.70 g	22.80 g	0.00 g	0.70 g	22.80 g	0.00 g	0.70 g	
(30400) Anyaszálló	Kefír+ Kockasajt +papírtányér			Főtt tojás+ Margarin+habtálca			Vák.Sonka+ Margarin +papírtányér, Zöldség (jégcsapretek)			Zöldséges szelet0,05+marg, Zöldség (uborka)			Tonhalkrém+Marg +Papír, Zöldség (uborka)			Vák.Sonka+ Margarin +papírtányér			körözött+margarin +papírtányér					
	Energia: 115.33 Kcal / 482.08 KJ			Energia: 97.72 Kcal / 408.47 KJ			Energia: 93.48 Kcal / 390.75 KJ			Energia: 37.53 Kcal / 156.88 KJ			Energia: 305.47 Kcal / 1,276.86 KJ			Energia: 86.20 Kcal / 360.32 KJ			Energia: 150.82 Kcal / 630.43 KJ					
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	5.79 g	7.10 g	1.67 g	5.40 g	8.30 g	1.94 g	8.10 g	5.80 g	1.70 g	0.50 g	3.55 g	0.70 g	7.04 g	29.67 g	9.32 g	7.50 g	5.75 g	1.70 g	5.12 g	13.31 g	5.56 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
7.14 g	0.00 g	0.59 g	0.24 g	0.00 g	0.14 g	2.10 g	0.25 g	1.27 g	0.85 g	0.00 g	0.02 g	1.86 g	0.00 g	0.65 g	1.00 g	0.25 g	1.20 g	1.89 g	0.00 g	1.22 g				

