

2024.04.29. - 2024.05.03.

	Hétfő	Kedd	Csütörtök	Péntek																																																
Tízórai	<p>Tejeskávé Uborkás szendvics</p> <p>Energia: 337.05 Kcal / 1,408.87 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>14.95 g</td><td>7.02 g</td><td>3.86 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>53.10 g</td><td>10.99 g</td><td>0.87 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,6,7</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	14.95 g	7.02 g	3.86 g	Szénhidrát	Cukor	Só	53.10 g	10.99 g	0.87 g	<p>Vaniliás tej Liga vénusz margarin Főtt tojás karika Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 473.19 Kcal / 1,977.93 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>15.32 g</td><td>19.14 g</td><td>6.01 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>59.35 g</td><td>11.99 g</td><td>1.64 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,3,7,(6)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	15.32 g	19.14 g	6.01 g	Szénhidrát	Cukor	Só	59.35 g	11.99 g	1.64 g	<p>Tej Májkrém Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p>Energia: 323.53 Kcal / 1,352.36 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>15.79 g</td><td>7.04 g</td><td>3.04 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>48.89 g</td><td>0.00 g</td><td>1.64 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,6,7,(10)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	15.79 g	7.04 g	3.04 g	Szénhidrát	Cukor	Só	48.89 g	0.00 g	1.64 g	<p>Kakaós tej Bécsi percc</p> <p>Energia: 294.98 Kcal / 1,233.02 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>10.69 g</td><td>6.55 g</td><td>3.14 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>47.98 g</td><td>19.53 g</td><td>0.32 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,3,7</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	10.69 g	6.55 g	3.14 g	Szénhidrát	Cukor	Só	47.98 g	19.53 g	0.32 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
14.95 g	7.02 g	3.86 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
53.10 g	10.99 g	0.87 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
15.32 g	19.14 g	6.01 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
59.35 g	11.99 g	1.64 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
15.79 g	7.04 g	3.04 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
48.89 g	0.00 g	1.64 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
10.69 g	6.55 g	3.14 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
47.98 g	19.53 g	0.32 g																																																		
Ebéd	<p>Gulyásleves st. Túrós metélt</p> <p>Energia: 751.77 Kcal / 3,142.40 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>36.80 g</td><td>28.29 g</td><td>7.90 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>84.49 g</td><td>0.00 g</td><td>0.71 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,3,7,(10)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	36.80 g	28.29 g	7.90 g	Szénhidrát	Cukor	Só	84.49 g	0.00 g	0.71 g	<p>Káposzta leves Vetrece st. Főtt tészta köret</p> <p>Energia: 673.27 Kcal / 2,814.27 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>31.31 g</td><td>28.00 g</td><td>6.32 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>71.29 g</td><td>0.63 g</td><td>0.79 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,7,10,(3),(12)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	31.31 g	28.00 g	6.32 g	Szénhidrát	Cukor	Só	71.29 g	0.63 g	0.79 g	<p>K.mag lev.kenyér kocka Rakott karfiol Félbarna kenyér Túró rudi</p> <p>Energia: 596.92 Kcal / 2,495.13 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>29.16 g</td><td>21.00 g</td><td>6.00 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>71.47 g</td><td>0.00 g</td><td>1.74 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,3,6,7,(10)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	29.16 g	21.00 g	6.00 g	Szénhidrát	Cukor	Só	71.47 g	0.00 g	1.74 g	<p>Muskátli leves Ízes bukta</p> <p>Energia: 674.97 Kcal / 2,821.37 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>25.39 g</td><td>15.82 g</td><td>3.45 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>106.98 g</td><td>40.48 g</td><td>0.61 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,7,(3),(10),(12)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	25.39 g	15.82 g	3.45 g	Szénhidrát	Cukor	Só	106.98 g	40.48 g	0.61 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
36.80 g	28.29 g	7.90 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
84.49 g	0.00 g	0.71 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
31.31 g	28.00 g	6.32 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
71.29 g	0.63 g	0.79 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
29.16 g	21.00 g	6.00 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
71.47 g	0.00 g	1.74 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
25.39 g	15.82 g	3.45 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
106.98 g	40.48 g	0.61 g																																																		
Uzsonna	<p>Kefir Graham kifli</p> <p>Energia: 199.44 Kcal / 833.66 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>11.85 g</td><td>0.70 g</td><td>0.11 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>36.20 g</td><td>0.00 g</td><td>1.46 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,7,(6)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	11.85 g	0.70 g	0.11 g	Szénhidrát	Cukor	Só	36.20 g	0.00 g	1.46 g	<p>Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Újhagyma</p> <p>Energia: 257.00 Kcal / 1,074.26 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>7.36 g</td><td>8.70 g</td><td>4.08 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>37.01 g</td><td>0.00 g</td><td>1.40 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,7,(6)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	7.36 g	8.70 g	4.08 g	Szénhidrát	Cukor	Só	37.01 g	0.00 g	1.40 g	<p>Vadász felvágott Félbarna kenyér Alma</p> <p>Energia: 328.47 Kcal / 1,373.00 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>13.98 g</td><td>8.90 g</td><td>3.04 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>47.19 g</td><td>0.00 g</td><td>2.52 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,(6),(7)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	13.98 g	8.90 g	3.04 g	Szénhidrát	Cukor	Só	47.19 g	0.00 g	2.52 g	<p>Retekkrém Félbarna kenyér Zabfalatok</p> <p>Energia: 443.11 Kcal / 1,852.20 KJ</p> <table border="1"> <tr><td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsírsvav</td></tr> <tr><td>15.56 g</td><td>11.71 g</td><td>1.57 g</td></tr> <tr><td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td></tr> <tr><td>71.78 g</td><td>0.00 g</td><td>1.41 g</td></tr> </table> <p>Allergének: 1,6,7</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	15.56 g	11.71 g	1.57 g	Szénhidrát	Cukor	Só	71.78 g	0.00 g	1.41 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
11.85 g	0.70 g	0.11 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
36.20 g	0.00 g	1.46 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
7.36 g	8.70 g	4.08 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
37.01 g	0.00 g	1.40 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
13.98 g	8.90 g	3.04 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
47.19 g	0.00 g	2.52 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav																																																		
15.56 g	11.71 g	1.57 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
71.78 g	0.00 g	1.41 g																																																		

Az étlapváltoztatás jogát a nyersanyag beszerzésétől függően fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Szabó Lajosné s.k. **Széki Miklósné** s.k. **Soltész Andrásné** s.k.
Élelmezésvezető Szakács Dietetikus