



Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00010) Tej-,tojás- és ol.mag,egyéb mentes	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves, Szárzababfőzelék tejmentes, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves tojásmentes, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricafeves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcslé , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 585.62 Kcal / 2,447.89 KJ	Energia: 917.63 Kcal / 3,835.69 KJ	Energia: 695.39 Kcal / 2,906.73 KJ	Energia: 740.91 Kcal / 3,097.00 KJ	Energia: 966.83 Kcal / 4,041.35 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 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
		33.24 g 13.37 g 3.15 g	43.78 g 40.36 g 10.78 g	16.53 g 10.69 g 2.80 g	41.55 g 22.17 g 4.80 g	47.99 g 49.91 g 14.94 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00011) Tejmentes	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves, Szárzababfőzelék tejmentes, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcslé , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 580.44 Kcal / 2,426.24 KJ	Energia: 917.63 Kcal / 3,835.69 KJ	Energia: 700.33 Kcal / 2,927.38 KJ	Energia: 740.91 Kcal / 3,097.00 KJ	Energia: 966.83 Kcal / 4,041.35 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 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
		33.17 g 13.26 g 3.14 g	43.78 g 40.36 g 10.78 g	17.49 g 11.55 g 3.03 g	41.55 g 22.17 g 4.80 g	47.99 g 49.91 g 14.94 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00013) Toj,zell,hal,s zój,mag,egyé bmentes	Ebéd	Brokkolikrémleves pirított zsemlekockáva, Tavaszi rizseshús borsómentes, Alma	Zöldségleves zellermentes, Paradicsomos káposzta, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves tojás és zellermentes, Tejberizs , Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves zellermentes, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	
		Energia: 658.22 Kcal / 2,751.36 KJ	Energia: 774.24 Kcal / 3,236.32 KJ	Energia: 824.10 Kcal / 3,444.74 KJ	Energia: 717.60 Kcal / 2,999.57 KJ	Energia: 1,049.51 Kcal / 4,386.95 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		33.74 g 19.72 g 6.57 g	28.54 g 42.97 g 11.00 g	26.57 g 14.86 g 5.21 g	39.97 g 22.08 g 4.80 g	49.64 g 55.72 g 18.28 g	g g g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		86.22 g 0.00 g 4.50 g	67.56 g 7.99 g 6.64 g	145.25 g 51.07 g 2.87 g	88.63 g 0.00 g 3.66 g	87.39 g 0.00 g 8.57 g	g g g
		  		  		  	





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00014) Tojás- és banánmentes	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves, Babfőzelék, Sült debreceni, Teljes kiörlésű kenyér	Húsgaluska leves tojásmentes, Tejberizs , Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	
		Energia: 580.44 Kcal / 2,426.24 KJ	Energia: 918.18 Kcal / 3,837.99 KJ	Energia: 826.88 Kcal / 3,456.36 KJ	Energia: 740.91 Kcal / 3,097.00 KJ	Energia: 1,049.51 Kcal / 4,386.95 KJ	Energia: Kcal / 0.00 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
		33.17 g 13.26 g 3.14 g	42.29 g 43.01 g 12.31 g	26.70 g 14.89 g 5.21 g	41.55 g 22.17 g 4.80 g	49.64 g 55.72 g 18.28 g	g g g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		81.93 g 0.00 g 4.28 g	89.99 g 0.00 g 7.68 g	145.70 g 51.07 g 2.88 g	92.51 g 0.00 g 3.68 g	87.39 g 0.00 g 8.57 g	g g g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00015) Tej- és cukormentes	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves, Szárzababfőzelék tejmentes, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs fahéjjal tejmen., CM	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricafeves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 580.44 Kcal / 2,426.24 KJ	Energia: 917.63 Kcal / 3,835.69 KJ	Energia: 458.05 Kcal / 1,914.65 KJ	Energia: 740.91 Kcal / 3,097.00 KJ	Energia: 966.83 Kcal / 4,041.35 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 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
		33.17 g 13.26 g 3.14 g	43.78 g 40.36 g 10.78 g	16.71 g 11.30 g 2.99 g	41.55 g 22.17 g 4.80 g	47.99 g 49.91 g 14.94 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00016) Tejmentes, fruktózszege ny	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves, Szárzababfőzelék tejmentes, Sült debreceni, Teljes kiörlésű kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs fahéjjal tejm., CM	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes)	Póréhagymás kukoricaleves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Vegyes vágott savanyúság	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 517.82 Kcal / 2,164.49 KJ	Energia: 917.63 Kcal / 3,835.69 KJ	Energia: 458.05 Kcal / 1,914.65 KJ	Energia: 739.96 Kcal / 3,093.03 KJ	Energia: 973.11 Kcal / 4,067.60 KJ	Energia: 695.21 Kcal / 2,905.98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		32.45 g 12.54 g 3.14 g	43.78 g 40.36 g 10.78 g	16.71 g 11.30 g 2.99 g	41.54 g 22.16 g 4.80 g	48.45 g 50.00 g 14.94 g	41.77 g 25.21 g 7.26 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		69.33 g 0.00 g 4.26 g	94.32 g 0.00 g 7.65 g	73.10 g 0.15 g 2.52 g	92.29 g 0.00 g 3.68 g	82.63 g 1.20 g 7.58 g	79.85 g 0.00 g 3.73 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00017) Tej, szója, mogy, egyéb	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús borsómentes, Alma	Zöldségleves, Paradicsomos káposzta, Sült debreceni, Teljes kiórlású kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcs mártás	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukorica leves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcslé , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 580.51 Kcal / 2,426.53 KJ	Energia: 813.68 Kcal / 3,401.18 KJ	Energia: 700.33 Kcal / 2,927.38 KJ	Energia: 720.69 Kcal / 3,012.48 KJ	Energia: 966.83 Kcal / 4,041.35 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		32.31 g 13.73 g 3.22 g	29.83 g 43.15 g 11.00 g	17.49 g 11.55 g 3.03 g	40.11 g 22.11 g 4.80 g	47.99 g 49.91 g 14.94 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		81.80 g 0.40 g 3.30 g	75.59 g 7.99 g 6.96 g	130.97 g 51.22 g 2.54 g	89.13 g 0.00 g 3.68 g	81.73 g 1.20 g 8.55 g	77.20 g 0.00 g 2.65 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00018) Tej, marha, zöldborsó, szója	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús borsómentes, Alma	Zöldségleves, Paradicsomos káposzta, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves borsómentes, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 580.51 Kcal / 2,426.53 KJ	Energia: 813.68 Kcal / 3,401.18 KJ	Energia: 700.33 Kcal / 2,927.38 KJ	Energia: 720.69 Kcal / 3,012.48 KJ	Energia: 966.83 Kcal / 4,041.35 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		32.31 g 13.73 g 3.22 g	29.83 g 43.15 g 11.00 g	17.49 g 11.55 g 3.03 g	40.11 g 22.11 g 4.80 g	47.99 g 49.91 g 14.94 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		81.80 g 0.40 g 3.30 g	75.59 g 7.99 g 6.96 g	130.97 g 51.22 g 2.54 g	89.13 g 0.00 g 3.68 g	81.73 g 1.20 g 8.55 g	77.20 g 0.00 g 2.65 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00019) Tej- és halmentes	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves, Szárzababfőzelék tejmentes, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcslé , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 580.44 Kcal / 2,426.24 KJ	Energia: 917.63 Kcal / 3,835.69 KJ	Energia: 700.33 Kcal / 2,927.38 KJ	Energia: 740.91 Kcal / 3,097.00 KJ	Energia: 966.83 Kcal / 4,041.35 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 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
		33.17 g 13.26 g 3.14 g	43.78 g 40.36 g 10.78 g	17.49 g 11.55 g 3.03 g	41.55 g 22.17 g 4.80 g	47.99 g 49.91 g 14.94 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00020) Gluténmentes	Ebéd	Brokkolikrémleves GM, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves GM, Babfőzelék GM, Sült debreceni, Gluténmentes kenyér	Húsgaluska leves GM, Tejberizs, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves GM, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta tojásmentes GM, Körte	Póréhagymás kukoricaleves GM, Baconös csibemáj, Hagymás törtburgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 588.80 Kcal / 2,461.18 Kj	Energia: 1,034.49 Kcal / 4,324.17 Kj	Energia: 790.54 Kcal / 3,304.46 Kj	Energia: 871.70 Kcal / 3,643.71 Kj	Energia: 991.61 Kcal / 4,144.93 Kj	Energia: 681.09 Kcal / 2,846.96 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
		33.24 g 13.45 g 3.17 g	37.30 g 56.58 g 13.92 g	25.65 g 15.60 g 5.44 g	35.85 g 26.19 g 6.68 g	46.70 g 50.32 g 15.01 g	36.58 g 27.06 g 7.75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00021) Glut,tej,toj,sz ez,mogy,méz mentes	Ebéd	Brokkolikrémleves GM, tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves GM, Szárzababfőzelék GM,tejmentes, Sült debreceni, Gluténmentes kenyér	Húsgaluska leves GM, tojásmentes, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcs mártás	Olasz zöldségleves GM, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta tojásmentes GM, Körte	Póréhagymás kukoricaleves GM, tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 585.62 Kcal / 2,447.89 KJ	Energia: 1,033.94 Kcal / 4,321.87 KJ	Energia: 664.54 Kcal / 2,777.78 KJ	Energia: 837.13 Kcal / 3,499.20 KJ	Energia: 927.28 Kcal / 3,876.03 KJ	Energia: 681.09 Kcal / 2,846.96 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
		33.24 g 13.37 g 3.15 g	38.79 g 53.93 g 12.39 g	14.53 g 10.54 g 2.80 g	35.10 g 23.22 g 5.01 g	47.03 g 49.59 g 14.90 g	36.58 g 27.06 g 7.75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00024) Gluténmentes, diabetikus- 80 g CH	Ebéd	Brokkolikrémleves GM 80 CH, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves GM diab, Paradicsomos káposzta GM, 80 CH, Sült debreceni, Gluténmentes kenyér	Húsgaluska leves GM, Túrós csusza GM 80 CH	Olasz zöldségleves GM 80 CH, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta GM, 80 CH	Póréhagymaleves GM, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya 80 CH, Céklasaláta	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 627.29 Kcal / 2,622.07 KJ	Energia: 816.46 Kcal / 3,412.80 KJ	Energia: 648.56 Kcal / 2,710.98 KJ	Energia: 670.94 Kcal / 2,804.53 KJ	Energia: 1,059.52 Kcal / 4,428.79 KJ	Energia: 726.29 Kcal / 3,035.89 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
		38.29 g 15.65 g 3.75 g	24.42 g 42.69 g 11.00 g	23.04 g 26.26 g 9.18 g	32.00 g 24.34 g 6.51 g	47.32 g 60.92 g 18.94 g	40.74 g 27.33 g 7.86 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00025) Gluténmentes, diabetikus- 50 g CH	Ebéd	Brokkolikrémleves GM 50 CH, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves GM, Paradicsomos káposzta GM, 50 CH, Sült debreceni, Gluténmentes kenyér	Húsgaluska leves GM, Túrós csusza GM 50 CH	Olasz zöldségleves GM 50 CH, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta GM, 50 CH	Póréhagymaleves GM, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya 50 CH, Céklassaláta	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 408.86 Kcal / 1,709.03 KJ	Energia: 759.03 Kcal / 3,172.75 KJ	Energia: 416.68 Kcal / 1,741.72 KJ	Energia: 540.60 Kcal / 2,259.71 KJ	Energia: 881.51 Kcal / 3,684.71 KJ	Energia: 571.17 Kcal / 2,387.49 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
		27.57 g 10.63 g 2.66 g	21.32 g 50.61 g 11.94 g	17.39 g 15.99 g 5.48 g	30.56 g 23.06 g 6.39 g	42.43 g 56.03 g 18.40 g	35.25 g 25.16 g 7.37 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		51.36 g 0.00 g 4.06 g	53.53 g 1.85 g 5.13 g	51.20 g 2.10 g 2.47 g	51.31 g 1.80 g 3.48 g	51.20 g 0.00 g 7.56 g	50.43 g 0.00 g 3.41 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00026) Gluténmentes, diabetikus- 45 g CH	Ebéd	Brokkolikrémleves GM 45 CH, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves GM, Paradicsomos káposzta GM, 45 CH, Sült debreceni	Húsgaluska leves GM, Túrós csusza GM 45 CH	Olasz zöldségleves GM 45 CH, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta GM, 45 CH	Póréhagymaleves GM, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya 45 CH, Céklasaláta	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 364.35 Kcal / 1,522.98 KJ	Energia: 784.02 Kcal / 3,277.20 KJ	Energia: 370.31 Kcal / 1,547.90 KJ	Energia: 518.87 Kcal / 2,168.88 KJ	Energia: 854.13 Kcal / 3,570.26 KJ	Energia: 545.31 Kcal / 2,279.40 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
		24.72 g 9.41 g 2.35 g	24.22 g 56.57 g 12.59 g	16.26 g 13.94 g 4.74 g	30.32 g 22.85 g 6.37 g	41.68 g 55.28 g 18.32 g	34.27 g 25.06 g 7.37 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		45.77 g 0.00 g 3.94 g	43.39 g 0.35 g 6.48 g	45.49 g 1.75 g 2.35 g	46.69 g 1.50 g 3.45 g	46.76 g 0.00 g 7.43 g	45.20 g 0.00 g 3.21 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00027) Gluténmentes, tejmentes, Chron	Ebéd	Brokkolikrémleves GM, tejmentes, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves GM, Sült debreceni, Burgonyafőzelék GM, tejmentes	Húsgaluska leves GM, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves GM, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta tojásmentes GM, Körte	Póréhagymás kukoricaleves GM, tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 510.87 Kcal / 2,135.44 KJ	Energia: 830.85 Kcal / 3,472.95 KJ	Energia: 659.05 Kcal / 2,754.83 KJ	Energia: 837.13 Kcal / 3,499.20 KJ	Energia: 927.28 Kcal / 3,876.03 KJ	Energia: 681.09 Kcal / 2,846.96 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
		32.44 g 12.54 g 3.14 g	24.19 g 46.85 g 11.54 g	15.48 g 11.40 g 3.03 g	35.10 g 23.22 g 5.01 g	47.03 g 49.59 g 14.90 g	36.58 g 27.06 g 7.75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		67.61 g 0.00 g 4.26 g	76.61 g 0.35 g 5.41 g	123.07 g 51.22 g 2.38 g	119.21 g 6.00 g 3.81 g	73.58 g 1.20 g 8.54 g	72.22 g 0.00 g 3.02 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00029) Glu, tej, tojás, par.,ol.mag	Ebéd	Brokkolikrémleves GM, tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves GM, Szárzababfőzelék GM,tejmentes, Sült debreceni, Gluténmentes kenyér	Húsgaluska leves GM, tojásmentes, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcs mártás	Olasz zöldségleves GM, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta tojásmentes GM, Körte	Póréhagymás kukoricaleves GM, tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 580.44 Kcal / 2,426.24 KJ	Energia: 1,033.94 Kcal / 4,321.87 KJ	Energia: 664.54 Kcal / 2,777.78 KJ	Energia: 837.13 Kcal / 3,499.20 KJ	Energia: 927.28 Kcal / 3,876.03 KJ	Energia: 681.09 Kcal / 2,846.96 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
		33.17 g 13.26 g 3.14 g	38.79 g 53.93 g 12.39 g	14.53 g 10.54 g 2.80 g	35.10 g 23.22 g 5.01 g	47.03 g 49.59 g 14.90 g	36.58 g 27.06 g 7.75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat												
(00030) Diabetikus- 70 g CH	Ebéd	Brokkolikrémléves 70 CH, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves diab, Paradicsomos káposzta 70 CH, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Túrós csusza 70 CH	Olasz zöldségleves 70 CH, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta 70 CH	Póréhagymaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya 70 CH, Céklasaláta	Zöldségkrémléves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur												
		Energia: 564.68 Kcal / 2,360.36 Kj	Energia: 792.15 Kcal / 3,311.19 Kj	Energia: 579.33 Kcal / 2,421.60 Kj	Energia: 652.29 Kcal / 2,726.57 Kj	Energia: 1,004.21 Kcal / 4,197.60 Kj	Energia: 657.21 Kcal / 2,747.14 Kj												
		Fehérje 37.57 g	Zsír 14.94 g	T.Zsír-sav 3.76 g	Fehérje 31.08 g	Zsír 41.45 g	T.Zsír-sav 10.80 g	Fehérje 27.28 g	Zsír 20.98 g	T.Zsír-sav 7.22 g	Fehérje 37.12 g	Zsír 24.22 g	T.Zsír-sav 6.42 g	Fehérje 46.41 g	Zsír 59.46 g	T.Zsír-sav 18.77 g	Fehérje 40.09 g	Zsír 24.99 g	T.Zsír-sav 7.23 g
		Szénhidrát 70.94 g	Cukor 0.00 g	Só 4.52 g	Szénhidrát 72.93 g	Cukor 0.00 g	Só 6.60 g	Szénhidrát 70.99 g	Cukor 0.00 g	Só 2.87 g	Szénhidrát 70.31 g	Cukor 0.00 g	Só 3.64 g	Szénhidrát 70.35 g	Cukor 0.00 g	Só 8.12 g	Szénhidrát 71.68 g	Cukor 0.00 g	Só 3.56 g
			 	        	     	 													



Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00031) Diabetikus- 60 g CH	Ebéd	Brokkolikrémleves 60 CH, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves, Paradicsomos káposzta 60 CH, Sült debreceni	Húsgaluska leves, Túrós csusza 60 CH	Olasz zöldségleves 60 CH, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta 60 CH	Póréhagymaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya 60 CH, Céklasaláta	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 475.64 Kcal / 1,988.18 Kj	Energia: 790.48 Kcal / 3,304.21 Kj	Energia: 485.30 Kcal / 2,028.55 Kj	Energia: 606.90 Kcal / 2,536.84 Kj	Energia: 949.44 Kcal / 3,968.66 Kj	Energia: 606.54 Kcal / 2,535.34 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		31.86 g 12.48 g 3.13 g	29.27 g 46.80 g 11.41 g	23.83 g 16.94 g 5.76 g	35.62 g 23.76 g 6.39 g	44.91 g 57.96 g 18.61 g	37.85 g 24.70 g 7.20 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		59.75 g 0.00 g 4.26 g	61.97 g 0.00 g 7.48 g	60.13 g 0.00 g 2.64 g	61.55 g 0.00 g 3.58 g	61.48 g 0.00 g 7.88 g	60.80 g 0.00 g 3.34 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00032) Diabetikus- 50 g CH	Ebéd	Brokkolikrémleves 50 CH, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves, Paradicsomos káposzta 50 CH, Sült debreceni	Húsgaluska leves, Túrós csusza 50 CH	Olasz zöldségleves 50 CH, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta 50 CH	Póréhagymaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya 50 CH, Céklasaláta	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 408.86 Kcal / 1,709.03 KJ	Energia: 686.88 Kcal / 2,871.16 KJ	Energia: 414.78 Kcal / 1,733.78 KJ	Energia: 561.52 Kcal / 2,347.15 KJ	Energia: 894.67 Kcal / 3,739.72 KJ	Energia: 568.55 Kcal / 2,376.54 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
		27.58 g 10.64 g 2.66 g	26.13 g 42.66 g 10.97 g	21.24 g 13.91 g 4.67 g	34.12 g 23.31 g 6.36 g	43.40 g 56.45 g 18.44 g	36.17 g 24.48 g 7.17 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		51.36 g 0.00 g 4.07 g	48.85 g 0.00 g 6.57 g	51.99 g 0.00 g 2.47 g	52.79 g 0.00 g 3.52 g	52.61 g 0.00 g 7.62 g	52.64 g 0.00 g 3.17 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00034) Diabetikus- 40 g CH	Ebéd	Brokkolikrémleves 40 CH, Tavaszi rizseshús	Zöldségleves, Paradicsomos káposzta 40 CH, Sült debreceni	Húsgaluska leves, Túrós csusza 40 CH	Olasz zöldségleves 40 CH, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta 40 CH	Póréhagymaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya 40 CH	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 342.09 Kcal / 1,429.94 Kj	Energia: 635.08 Kcal / 2,654.63 Kj	Energia: 344.25 Kcal / 1,438.97 Kj	Energia: 501.01 Kcal / 2,094.22 Kj	Energia: 830.26 Kcal / 3,470.49 Kj	Energia: 517.89 Kcal / 2,164.78 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		23.30 g 8.80 g 2.19 g	24.56 g 40.59 g 10.75 g	18.65 g 10.88 g 3.58 g	32.12 g 22.69 g 6.32 g	41.48 g 54.88 g 18.27 g	33.94 g 24.20 g 7.14 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		42.97 g 0.00 g 3.88 g	42.29 g 0.00 g 6.11 g	43.84 g 0.00 g 2.29 g	41.11 g 0.00 g 3.44 g	41.92 g 0.00 g 5.69 g	41.76 g 0.00 g 2.95 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00040) Fruktózzsége ny	Ebéd	Brokkolikrémleves , Tavaszi rizseshús	Zöldségleves, Babfőzelék, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Túrós csusza	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta (tojásmentes)	Pórégagymás kukoricaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Vegyes vágott savanyúság	Zöldségkrémleves , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 563.56 Kcal / 2,355.68 KJ	Energia: 918.18 Kcal / 3,837.99 KJ	Energia: 649.86 Kcal / 2,716.41 KJ	Energia: 774.53 Kcal / 3,237.54 KJ	Energia: 1,055.79 Kcal / 4,413.20 KJ	Energia: 695.21 Kcal / 2,905.98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		32.89 g 17.06 g 5.66 g	42.29 g 43.01 g 12.31 g	29.87 g 24.01 g 8.32 g	42.29 g 25.13 g 6.47 g	50.10 g 55.81 g 18.28 g	41.77 g 25.21 g 7.26 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		70.10 g 0.00 g 4.27 g	89.99 g 0.00 g 7.68 g	79.14 g 0.00 g 3.05 g	93.45 g 0.00 g 3.72 g	88.29 g 0.00 g 7.60 g	79.85 g 0.00 g 3.73 g
		 	  	   	   	 	 





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00041) Hozzáadott cukormentes , sószegény	Ebéd	Brokkolikrémleves , Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves, Babfőzelék, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Túrós csusza	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Túzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 580.44 Kcal / 2,426.24 KJ	Energia: 918.18 Kcal / 3,837.99 KJ	Energia: 649.86 Kcal / 2,716.41 KJ	Energia: 775.48 Kcal / 3,241.51 KJ	Energia: 1,049.51 Kcal / 4,386.95 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 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
		33.17 g 13.26 g 3.14 g	42.29 g 43.01 g 12.31 g	29.87 g 24.01 g 8.32 g	42.30 g 25.14 g 6.47 g	49.64 g 55.72 g 18.28 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		81.93 g 0.00 g 4.28 g	89.99 g 0.00 g 7.68 g	79.14 g 0.00 g 3.05 g	93.67 g 0.00 g 3.72 g	87.39 g 0.00 g 8.57 g	77.20 g 0.00 g 2.65 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00042) Szója,ol.mag, hüvelyes,egy ébmentes	Ebéd	Brokkolikrémleves , Tavaszi rizseshús borsómentes, Alma	Zöldségleves, Paradicsomos káposzta, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs , Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves borsómentes, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcslé , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 575.33 Kcal / 2,404.88 KJ	Energia: 813.68 Kcal / 3,401.18 KJ	Energia: 831.82 Kcal / 3,477.01 KJ	Energia: 755.26 Kcal / 3,156.99 KJ	Energia: 1,049.51 Kcal / 4,386.95 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		32.24 g 13.62 g 3.21 g	29.83 g 43.15 g 11.00 g	27.66 g 15.75 g 5.44 g	40.86 g 25.08 g 6.47 g	49.64 g 55.72 g 18.28 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00043) Alma, körte, kivi, mogyorómen tes	Ebéd	Brokkolikrémleves , Tavaszi rizseshús, Narancs	Zöldségleves, Babfőzelék, Sült debreceni, Teljes kiórlésű kenyér	Húsgaluska leves, Tejberizs , Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány, Főtt tészta (tojásmentes), Banán	Póréhagymás kukoricaleves, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcslé , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 579.94 Kcal / 2,424.15 KJ	Energia: 918.18 Kcal / 3,837.99 KJ	Energia: 831.82 Kcal / 3,477.01 KJ	Energia: 984.47 Kcal / 4,115.08 KJ	Energia: 1,049.51 Kcal / 4,386.95 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		33.35 g 12.84 g 3.14 g	42.29 g 43.01 g 12.31 g	27.66 g 15.75 g 5.44 g	44.89 g 25.33 g 6.47 g	49.64 g 55.72 g 18.28 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		82.08 g 0.00 g 4.27 g	89.99 g 0.00 g 7.68 g	144.02 g 51.07 g 2.91 g	141.85 g 0.00 g 3.83 g	87.39 g 0.00 g 8.57 g	77.20 g 0.00 g 2.65 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00044) Tej, tojás, parad. ol.mag, banán	Ebéd	Brokkolikrémleves tejmentes, Tavaszi rizseshús, Alma	Zöldségleves, Szárzababfőzelék tejmentes, Sült debreceni, Teljes kiőrlésű kenyér	Húsgaluska leves tojásmentes, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta (tojásmentes), Körte	Póréhagymás kukoricaleves tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcslé , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges bulgur
		Energia: 585.62 Kcal / 2,447.89 KJ	Energia: 917.63 Kcal / 3,835.69 KJ	Energia: 695.39 Kcal / 2,906.73 KJ	Energia: 740.91 Kcal / 3,097.00 KJ	Energia: 966.83 Kcal / 4,041.35 KJ	Energia: 675.86 Kcal / 2,825.09 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
		33.24 g 13.37 g 3.15 g	43.78 g 40.36 g 10.78 g	16.53 g 10.69 g 2.80 g	41.55 g 22.17 g 4.80 g	47.99 g 49.91 g 14.94 g	38.53 g 25.26 g 7.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
(00200) Glutén-, tej-, tojás, szójamentes	Ebéd	Brokkolikrémleves GM, tejmentes, Tavaszi rizseshús borsómentes, Alma	Zöldségleves GM, Paradicsomos káposzta GM, Sült debreceni, Gluténmentes kenyér	Húsgaluska leves GM, tojásmentes, Tejberizs rizsitallal, Gyümölcsmártás	Olasz zöldségleves GM, Bakonyi sertéstokány tejmentes, Főtt tészta tojásmentes GM, Körte	Póréhagymás kukoricaleves GM, tejmentes, Baconös csibemáj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Gyümölcsle , Tűzdelt pulykamell, Zöldséges köles köret
		Energia: 580.51 Kcal / 2,426.53 KJ	Energia: 919.56 Kcal / 3,843.76 KJ	Energia: 664.54 Kcal / 2,777.78 KJ	Energia: 816.91 Kcal / 3,414.68 KJ	Energia: 927.28 Kcal / 3,876.03 KJ	Energia: 681.09 Kcal / 2,846.96 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
		32.31 g 13.73 g 3.22 g	24.82 g 56.72 g 12.61 g	14.53 g 10.54 g 2.80 g	33.66 g 23.16 g 5.01 g	47.03 g 49.59 g 14.90 g	36.58 g 27.06 g 7.75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só



Balogh Lilla
dietetikus

Popovics Bálint
élelmezésvezető

