



Tételes étlap 2023.09.18. - 2023.09.24.

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár | |
|--------------------|------------------------------|------------------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|--|
| 9/18/2023 hétfő | (00150) Fruktóz sz. 4-6 | T Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | Vajkrém, magyaros | 158.76 | 37.98 | 0.25 | 4.00 | 1.93 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | | |
| | | Zöldpaprika | 24.57 | 5.88 | 0.36 | 0.09 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | | E Gulyásleves | 685.29 | 163.95 | 10.84 | 5.44 | 1.42 | 17.52 | 0.03 | 0.18 | | |
| | | Túrós tészta | 1 061.20 | 253.88 | 11.76 | 8.92 | 4.00 | 31.29 | 0.00 | 0.30 | | |
| | | U Vitamin saláta | 339.99 | 81.34 | 1.04 | 0.41 | 0.02 | 17.70 | 8.10 | 0.20 | | |
| | | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 | | |
| | | Összesen: | 3 519.41 | 841.98 | 33.99 | 19.86 | 7.55 | 129.81 | 15.12 | 1.53 | | |
| | (00153) Tej, tojás m. 4-6 | T Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | Vírslis | 193.87 | 46.38 | 2.50 | 4.00 | 1.53 | 0.04 | 0.00 | 0.50 | | |
| | | Ketchup | 45.36 | 10.85 | 0.21 | 0.04 | 0.00 | 2.40 | 1.40 | 0.22 | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| E Gulyásleves | | 685.29 | 163.95 | 10.84 | 5.44 | 1.42 | 17.52 | 0.03 | 0.18 | | | |
| Mákos tészta | | 1 226.01 | 293.30 | 9.55 | 7.38 | 1.52 | 46.83 | 7.99 | 0.51 | | | |
| Alma | | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 0.00 | 0.01 | | | |





| | | 9/18/2023 hétfő | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---|------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| | | | | | | | | | | | | |
| (00153) Tej, | U | Gyümölcs saláta | 355.55 | 85.06 | 0.70 | 0.24 | 0.00 | 19.41 | 7.32 | 0.02 | | |
| | | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 | | |
| | | Összesen: | 3 901.09 | 933.28 | 33.94 | 18.50 | 4.65 | 155.40 | 23.73 | 2.29 | | |
| (00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6 | T | Gyümölcstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | Virsli | 193.87 | 46.38 | 2.50 | 4.00 | 1.53 | 0.04 | 0.00 | 0.50 | | |
| | | Ketchup | 45.36 | 10.85 | 0.21 | 0.04 | 0.00 | 2.40 | 1.40 | 0.22 | | |
| | | Zsemle | 462.50 | 110.65 | 3.81 | 0.29 | 0.11 | 23.09 | 0.00 | 0.26 | | |
| | E | Gulyásleves | 685.29 | 163.95 | 10.84 | 5.44 | 1.42 | 17.52 | 0.03 | 0.18 | | |
| | | Mákos tészta | 1 226.01 | 293.30 | 9.55 | 7.38 | 1.52 | 46.83 | 7.99 | 0.51 | | |
| | | Alma | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 0.00 | 0.01 | | |
| | U | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 | | |
| | | Vitamin saláta | 339.99 | 81.34 | 1.04 | 0.41 | 0.02 | 17.70 | 8.10 | 0.20 | | |
| | | Összesen: | 3 853.36 | 921.87 | 33.46 | 18.35 | 4.74 | 153.34 | 24.51 | 2.24 | | |
| (00161) Tejmentes 4-6 | T | Gyümölcstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | Virsli | 193.87 | 46.38 | 2.50 | 4.00 | 1.53 | 0.04 | 0.00 | 0.50 | | |
| | | Ketchup | 45.36 | 10.85 | 0.21 | 0.04 | 0.00 | 2.40 | 1.40 | 0.22 | | |
| | | Teljes kiörlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | E | Gulyásleves | 685.29 | 163.95 | 10.84 | 5.44 | 1.42 | 17.52 | 0.03 | 0.18 | | |





| 9/18/2023 hétfő | | (00161) Tejmentes 4-6 | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-----------|--------------------------|-----------------|----------|--------|-------|--------|--------|-------|------|------|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | |
| (00162) Laktózm. 4-6 | E | Mákos tészta | 1 226.01 | 293.30 | 9.55 | 7.38 | 1.52 | 46.83 | 7.99 | 0.51 | | | | |
| | | Alma | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 0.00 | 0.01 | | | | |
| | | U | Gyümölcs saláta | 355.55 | 85.06 | 0.70 | 0.24 | 0.00 | 19.41 | 7.32 | 0.02 | | | |
| | | | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 | | | |
| | Összesen: | | 3 901.09 | 933.28 | 33.94 | 18.50 | 4.65 | 155.40 | 23.73 | 2.29 | | | | |
| | T | Gyümölcstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | | | |
| | | Virsli | 290.81 | 69.57 | 3.75 | 6.00 | 2.30 | 0.06 | 0.00 | 0.75 | | | | |
| | | Ketchup | 45.36 | 10.85 | 0.21 | 0.04 | 0.00 | 2.40 | 1.40 | 0.22 | | | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | | |
| | | E | Gulyásleves | 685.29 | 163.95 | 10.84 | 5.44 | 1.42 | 17.52 | 0.03 | 0.18 | | | |
| | | | Mákos tészta | 1 226.01 | 293.30 | 9.55 | 7.38 | 1.52 | 46.83 | 7.99 | 0.51 | | | |
| Alma | | | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 0.00 | 0.01 | | | | |
| U | | Gyümölcs saláta | 355.55 | 85.06 | 0.70 | 0.24 | 0.00 | 19.41 | 7.32 | 0.02 | | | | |
| | | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 | | | | |
| Összesen: | | 3 998.03 | 956.47 | 35.19 | 20.50 | 5.42 | 155.42 | 23.73 | 2.54 | | | | | |





| | | | | | | | | | | | | |
|--|----------|------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|---|--|
| 9/18/2023 hétfő (00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6 | T | Gyümölcstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | Virslí | 193.87 | 46.38 | 2.50 | 4.00 | 1.53 | 0.04 | 0.00 | 0.50 |  | |
| | | Ketchup | 45.36 | 10.85 | 0.21 | 0.04 | 0.00 | 2.40 | 1.40 | 0.22 |  | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 |  | |
| | E | Gulyásleves | 685.29 | 163.95 | 10.84 | 5.44 | 1.42 | 17.52 | 0.03 | 0.18 | | |
| | | Mákos tészta | 1 226.01 | 293.30 | 9.55 | 7.38 | 1.52 | 46.83 | 7.99 | 0.51 |  | |
| | U | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 |  | |
| | | Vitamin saláta | 339.99 | 81.34 | 1.04 | 0.41 | 0.02 | 17.70 | 8.10 | 0.20 | | |
| | | Összesen: | 3 740.12 | 894.77 | 33.88 | 18.27 | 4.67 | 146.69 | 24.51 | 2.46 | | |





9/19/2023

kedd

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|------------------------------|------------------------|-------------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|------|--|--|
| (00150) Fruktóz sz. 4-6 | T | Tej | 405.72 | 97.06 | 6.80 | 3.00 | 1.63 | 10.60 | 0.00 | 0.27 | | | |
| | | Libamájkrém | 210.25 | 50.30 | 3.36 | 3.28 | 0.98 | 1.64 | 0.00 | 0.24 | | | |
| | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | |
| | E | Meggyleves | 372.72 | 89.17 | 1.67 | 2.46 | 1.08 | 14.45 | 3.90 | 0.32 | | | |
| | | Sült csirkecomb filé | 593.69 | 142.03 | 16.81 | 7.88 | 1.47 | 0.79 | 0.00 | 0.19 | | | |
| | | Tört burgonya | 798.42 | 191.01 | 3.75 | 5.87 | 0.67 | 30.00 | 0.00 | 0.02 | | | |
| | | Vitaminsaláta | 133.13 | 31.85 | 1.28 | 0.29 | 0.04 | 5.83 | 0.00 | 0.06 | | | |
| | U | Briós | 1 111.75 | 265.97 | 7.00 | 6.25 | 2.57 | 45.12 | 10.75 | 0.62 | | | |
| | | Összesen: | 4 135.09 | 989.26 | 45.60 | 29.67 | 8.48 | 132.38 | 14.65 | 2.22 | | | |
| | (00153) Tej, tojás m. 4-6 | T | Kókusztej | 86.02 | 20.58 | 0.60 | 0.80 | 0.00 | 2.72 | 0.00 | 0.24 | | |
| | | | Kenőmájas | 263.84 | 63.12 | 3.18 | 5.54 | 2.53 | 0.06 | 0.00 | 0.55 | | |
| | | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | |
| E | | Meggyleves | 601.60 | 143.92 | 1.67 | 2.46 | 1.08 | 28.06 | 17.09 | 0.32 | | | |
| | | Sült csirkecomb filé | 593.69 | 142.03 | 16.81 | 7.88 | 1.47 | 0.79 | 0.00 | 0.19 | | | |
| | | Tört burgonya | 798.42 | 191.01 | 3.75 | 5.87 | 0.67 | 30.00 | 0.00 | 0.02 | | | |
| | | Vitaminsaláta | 133.13 | 31.85 | 1.28 | 0.29 | 0.04 | 5.83 | 0.00 | 0.06 | | | |





| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|---------|---|--------------|-----------------------------|--------|--------|-------|------|--------|-------|-------|------|--|--|--|
| 9/19/2023 kedd | (00153) | U | Alpro puding | 512.50 | 122.61 | 4.43 | 2.73 | 1.50 | 14.70 | 11.80 | 0.13 | | | | |
| | | | Összesen: | 3 498.61 | 836.99 | 36.65 | 26.21 | 7.33 | 106.11 | 28.89 | 2.01 | | | | |
| | (00160) | T | | Kókusztej | 86.02 | 20.58 | 0.60 | 0.80 | 0.00 | 2.72 | 0.00 | 0.24 | | | |
| | | | | Kenőmájas | 263.84 | 63.12 | 3.18 | 5.54 | 2.53 | 0.06 | 0.00 | 0.55 | | | |
| | | | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | | |
| | | | | Zsemle | 462.50 | 110.65 | 3.81 | 0.29 | 0.11 | 23.09 | 0.00 | 0.26 | | | |
| | | E | | Meggyleves | 601.60 | 143.92 | 1.67 | 2.46 | 1.08 | 28.06 | 17.09 | 0.32 | | | |
| | | | | Sült csirkecomb filé | 593.69 | 142.03 | 16.81 | 7.88 | 1.47 | 0.79 | 0.00 | 0.19 | | | |
| | | | | Tört burgonya | 798.42 | 191.01 | 3.75 | 5.87 | 0.67 | 30.00 | 0.00 | 0.02 | | | |
| | | | | Vitaminsaláta | 133.13 | 31.85 | 1.28 | 0.29 | 0.04 | 5.83 | 0.00 | 0.06 | | | |
| | | U | | Minidzsem 30g-os, különféle | 362.49 | 86.72 | 0.15 | 0.00 | 0.00 | 21.39 | 18.69 | 0.00 | | | |
| | | | | Margarin | 93.00 | 22.24 | 0.00 | 2.45 | 0.66 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | |
| | | | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 | | | | |
| | | | Összesen: | 4 026.10 | 963.18 | 36.63 | 25.99 | 6.70 | 143.24 | 35.78 | 2.13 | | | | |
| | (00161) | T | | Kókusztej | 86.02 | 20.58 | 0.60 | 0.80 | 0.00 | 2.72 | 0.00 | 0.24 | | | |
| | | | | Kenőmájas | 263.84 | 63.12 | 3.18 | 5.54 | 2.53 | 0.06 | 0.00 | 0.55 | | | |
| | | | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | | |
| | | | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | |





| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|--------------------------|------------------------|------------------------|----------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| 9/19/2023 kedd | (00161) Tejmentes 4-6 | E | Meggy leves | 601.60 | 143.92 | 1.67 | 2.46 | 1.08 | 28.06 | 17.09 | 0.32 | | | | |
| | | | Sült csirkecomb filé | 593.69 | 142.03 | 16.81 | 7.88 | 1.47 | 0.79 | 0.00 | 0.19 | | | | |
| | | | Tört burgonya | 798.42 | 191.01 | 3.75 | 5.87 | 0.67 | 30.00 | 0.00 | 0.02 | | | | |
| | | | Vitaminsaláta | 133.13 | 31.85 | 1.28 | 0.29 | 0.04 | 5.83 | 0.00 | 0.06 | | | | |
| | | U | Alpro puding | 512.50 | 122.61 | 4.43 | 2.73 | 1.50 | 14.70 | 11.80 | 0.13 | | | | |
| | | | Összesen: | 3 498.61 | 836.99 | 36.65 | 26.21 | 7.33 | 106.11 | 28.89 | 2.01 | | | | |
| | (00162) Laktózm. 4-6 | T | Tej 2,8% laktózmentes | 620.00 | 148.33 | 6.74 | 8.73 | 4.64 | 10.50 | 0.00 | 0.22 | | | | |
| | | | Libamájkrém | 210.25 | 50.30 | 3.36 | 3.28 | 0.98 | 1.64 | 0.00 | 0.24 | | | | |
| | | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | | | |
| | | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | | |
| | | E | Meggy leves | 533.88 | 127.72 | 1.31 | 1.02 | 0.12 | 27.65 | 17.09 | 0.30 | | | | |
| | | | Sült csirkecomb filé | 593.69 | 142.03 | 16.81 | 7.88 | 1.47 | 0.79 | 0.00 | 0.19 | | | | |
| | | | Tört burgonya | 798.42 | 191.01 | 3.75 | 5.87 | 0.67 | 30.00 | 0.00 | 0.02 | | | | |
| | | | Vitaminsaláta | 133.13 | 31.85 | 1.28 | 0.29 | 0.04 | 5.83 | 0.00 | 0.06 | | | | |
| U | | Joghurt, laktózmentes | 417.00 | 99.76 | 6.49 | 4.01 | 2.25 | 8.73 | 0.00 | 0.36 | | | | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | | | |
| | Összesen: | 4 310.45 | 1 031.21 | 49.30 | 32.33 | 10.25 | 132.53 | 17.09 | 2.38 | | | | | | |





| | | | | | | | | | | | | |
|--|----------|------------------------|----------|--------|-------|-------|------|-------|-------|------|--|--|
| 9/19/2023 kedd (00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6 | T | Kókusztej | 86.02 | 20.58 | 0.60 | 0.80 | 0.00 | 2.72 | 0.00 | 0.24 | | |
| | | Kenőmájas | 263.84 | 63.12 | 3.18 | 5.54 | 2.53 | 0.06 | 0.00 | 0.55 | | |
| | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | E | Meggyleves | 288.85 | 69.10 | 1.15 | 0.44 | 0.05 | 14.52 | 4.08 | 0.30 | | |
| | | Sült csirkecomb filé | 593.69 | 142.03 | 16.81 | 7.88 | 1.47 | 0.79 | 0.00 | 0.19 | | |
| | | Tört burgonya | 798.42 | 191.01 | 3.75 | 5.87 | 0.67 | 30.00 | 0.00 | 0.02 | | |
| | | Vitaminsaláta | 133.13 | 31.85 | 1.28 | 0.29 | 0.04 | 5.83 | 0.00 | 0.06 | | |
| | U | Alpro puding | 512.50 | 122.61 | 4.43 | 2.73 | 1.50 | 14.70 | 11.80 | 0.13 | | |
| | | Összesen: | 3 185.86 | 762.17 | 36.13 | 24.19 | 6.30 | 92.57 | 15.88 | 1.99 | | |





| 9/20/2023 szerda | | (00150) Fruktóz sz. 4-6 | | | | | | | | | |
|---------------------------|---------------------------------|-------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|------|------|--|
| | | | | | | | | | | | |
| (00153) Tej, tojás m. 4-6 | T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | |
| | | Zabkása, almás-fahéjas dióval | 1 470.08 | 351.69 | 13.66 | 12.70 | 3.77 | 45.27 | 4.00 | 0.30 | |
| | E | Daragaluska leves | 387.71 | 92.75 | 3.00 | 3.48 | 0.50 | 12.15 | 0.00 | 0.09 | |
| | | Sárgaborsó főzelék | 789.01 | 188.76 | 10.13 | 5.02 | 1.84 | 25.51 | 0.00 | 0.31 | |
| | | Sertéssült | 997.05 | 238.53 | 14.00 | 20.05 | 6.92 | 0.24 | 0.00 | 0.23 | |
| | | Fehér kenyér | 329.11 | 78.74 | 3.00 | 0.24 | 0.09 | 16.05 | 0.00 | 0.03 | |
| | U | Csirkemell sonka | 92.23 | 22.07 | 4.94 | 0.20 | 0.05 | 0.10 | 0.00 | 0.05 | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | |
| | | Jégsaláta | 22.60 | 5.41 | 0.40 | 0.02 | 0.00 | 0.59 | 0.00 | 0.01 | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | |
| Összesen: | | 4 813.72 | 1 151.62 | 53.80 | 44.78 | 13.88 | 131.34 | 10.99 | 1.65 | | |
| T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | Kókusztejes tejbedara szórattal | 1 108.19 | 265.12 | 5.86 | 1.95 | 0.63 | 55.72 | 15.98 | 0.24 | | |
| | E | Daragaluska leves | 387.71 | 92.75 | 3.00 | 3.48 | 0.50 | 12.15 | 0.00 | 0.09 | |
| | | Sárgaborsó főzelék | 718.87 | 171.98 | 9.66 | 3.03 | 0.42 | 26.32 | 0.72 | 0.29 | |
| | | Sertéssült | 997.05 | 238.53 | 14.00 | 20.05 | 6.92 | 0.24 | 0.00 | 0.23 | |
| | | Fehér kenyér | 329.11 | 78.74 | 3.00 | 0.24 | 0.09 | 16.05 | 0.00 | 0.03 | |
| U | Csirkemell sonka | 92.23 | 22.07 | 4.94 | 0.20 | 0.05 | 0.10 | 0.00 | 0.05 | | |





| 9/20/2023 szerda | | (00153) Tej, tojás, 4-6 | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|-----------|---------------------------------|----------------------|----------|--------|-------|--------|--------|-------|------|------|----------|--|
| | | | | | | | | | | | | | |
| (00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6 | U | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | |
| | | Jégsaláta | 22.60 | 5.41 | 0.40 | 0.02 | 0.00 | 0.59 | 0.00 | 0.01 | | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | |
| | | Összesen: | 4 381.69 | 1 048.27 | 45.53 | 32.04 | 9.32 | 142.60 | 23.69 | 1.57 | | | |
| | T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | | |
| | | Kókusztejes tejbedara szórattal | 1 108.19 | 265.12 | 5.86 | 1.95 | 0.63 | 55.72 | 15.98 | 0.24 | | | |
| | | E | Tavaszi zöldségleves | 146.21 | 34.98 | 1.84 | 0.28 | 0.04 | 6.21 | 0.03 | 0.08 | | |
| | | | Sárgaborsó főzelék | 718.87 | 171.98 | 9.66 | 3.03 | 0.42 | 26.32 | 0.72 | 0.29 | | |
| | | Sertéssült | 997.05 | 238.53 | 14.00 | 20.05 | 6.92 | 0.24 | 0.00 | 0.23 | | | |
| | | Zsemle | 616.67 | 147.53 | 5.08 | 0.38 | 0.14 | 30.78 | 0.00 | 0.35 | | | |
| | | U | Csirkemell sonka | 92.23 | 22.07 | 4.94 | 0.20 | 0.05 | 0.10 | 0.00 | 0.05 | | |
| | | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | | Jégsaláta | 22.60 | 5.41 | 0.40 | 0.02 | 0.00 | 0.59 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | | Zsemle | 462.50 | 110.65 | 3.81 | 0.29 | 0.11 | 23.09 | 0.00 | 0.26 | | |
| | Összesen: | 4 395.58 | 1 051.60 | 45.63 | 28.66 | 8.98 | 151.04 | 23.72 | 1.65 | | | | |





| 9/20/2023 szerda | | (00161) Tejmentes 4-6 | | | | | | | | | |
|-----------------------|--------------------------|---------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|------|--|
| | | | | | | | | | | | |
| (00162) Laktóz m. 4-6 | T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | |
| | | Kókusztejes tejbedara szórattal | 1 108.19 | 265.12 | 5.86 | 1.95 | 0.63 | 55.72 | 15.98 | 0.24 | |
| | E | Daragaluska leves | 387.71 | 92.75 | 3.00 | 3.48 | 0.50 | 12.15 | 0.00 | 0.09 | |
| | | Sárgaborsó főzelék | 718.87 | 171.98 | 9.66 | 3.03 | 0.42 | 26.32 | 0.72 | 0.29 | |
| | | Sertéssült | 997.05 | 238.53 | 14.00 | 20.05 | 6.92 | 0.24 | 0.00 | 0.23 | |
| | | Fehér kenyér | 329.11 | 78.74 | 3.00 | 0.24 | 0.09 | 16.05 | 0.00 | 0.03 | |
| | U | Csirkemell sonka | 92.23 | 22.07 | 4.94 | 0.20 | 0.05 | 0.10 | 0.00 | 0.05 | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | |
| | | Jégsaláta | 22.60 | 5.41 | 0.40 | 0.02 | 0.00 | 0.59 | 0.00 | 0.01 | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | |
| Összesen: | | 4 381.69 | 1 048.27 | 45.53 | 32.04 | 9.32 | 142.60 | 23.69 | 1.57 | | |
| T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | Tejbedara (lm) szórattal | 1 346.18 | 322.05 | 11.86 | 4.15 | 2.63 | 58.60 | 15.98 | 0.23 | | |
| | E | Daragaluska leves | 387.71 | 92.75 | 3.00 | 3.48 | 0.50 | 12.15 | 0.00 | 0.09 | |
| | | Sárgaborsó főzelék | 783.75 | 187.50 | 10.10 | 4.84 | 1.51 | 25.68 | 0.00 | 0.31 | |
| | | Sertéssült | 997.05 | 238.53 | 14.00 | 20.05 | 6.92 | 0.24 | 0.00 | 0.23 | |
| | | Fehér kenyér | 329.11 | 78.74 | 3.00 | 0.24 | 0.09 | 16.05 | 0.00 | 0.03 | |
| | U | Csirkemell sonka | 92.23 | 22.07 | 4.94 | 0.20 | 0.05 | 0.10 | 0.00 | 0.05 | |





| 9/20/2023 szerda | | (00162) Laktózm. 4-6 | | | | | | | | | | | |
|---------------------|--|-------------------------------------|---------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| | | U | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | | Jégsaláta | 22.60 | 5.41 | 0.40 | 0.02 | 0.00 | 0.59 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | | | Összesen: | 4 684.56 | 1 120.72 | 51.97 | 36.05 | 12.41 | 144.84 | 22.97 | 1.58 | | |
| | | (00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6 | | | | | | | | | | | |
| | | T | Gyümölcstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | | Kókusztejes tejbedara szórattal | 1 108.19 | 265.12 | 5.86 | 1.95 | 0.63 | 55.72 | 15.98 | 0.24 | | |
| | | E | Daragaluska leves | 387.71 | 92.75 | 3.00 | 3.48 | 0.50 | 12.15 | 0.00 | 0.09 | | |
| | | | Sárgaborsó főzelék | 718.87 | 171.98 | 9.66 | 3.03 | 0.42 | 26.32 | 0.72 | 0.29 | | |
| | | | Sertéssült | 997.05 | 238.53 | 14.00 | 20.05 | 6.92 | 0.24 | 0.00 | 0.23 | | |
| | | | Fehér kenyér | 329.11 | 78.74 | 3.00 | 0.24 | 0.09 | 16.05 | 0.00 | 0.03 | | |
| | | U | Csirkemell sonka | 92.23 | 22.07 | 4.94 | 0.20 | 0.05 | 0.10 | 0.00 | 0.05 | | |
| | | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | | Jégsaláta | 22.60 | 5.41 | 0.40 | 0.02 | 0.00 | 0.59 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | | | Összesen: | 4 381.69 | 1 048.27 | 45.53 | 32.04 | 9.32 | 142.60 | 23.69 | 1.57 | | |





9/21/2023
csütörtök

| | | (00150) Fruktóz sz. 4-6 | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--------------------------|------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| (00153) Tej, tojás. 4-6 | T | Kakaó | 549.35 | 131.42 | 7.17 | 3.43 | 1.88 | 17.80 | 6.99 | 0.27 | | | | | | |
| | | Színes kalács | 842.58 | 201.57 | 5.90 | 5.26 | 2.17 | 32.43 | 3.50 | 0.52 | | | | | | |
| | E | Májgaluska leves | 517.43 | 123.79 | 8.71 | 3.91 | 1.39 | 13.32 | 0.04 | 0.36 | | | | | | |
| | | Csirkemellfilé Dubarry módra | 1 010.60 | 241.77 | 20.86 | 11.40 | 3.14 | 13.66 | 0.60 | 0.25 | | | | | | |
| | | Párolt rizs | 765.97 | 183.25 | 4.00 | 1.26 | 0.15 | 38.75 | 0.00 | 0.03 | | | | | | |
| | U | Csemege paprikás szalámi | 206.56 | 49.42 | 1.96 | 4.58 | 1.61 | 0.03 | 0.00 | 0.40 | | | | | | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | | | | |
| | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | | | | | |
| | | Zsemle, teljes kiőrlésű | 526.81 | 126.03 | 5.34 | 0.77 | 0.07 | 24.28 | 0.00 | 0.56 | | | | | | |
| | Összesen: | | 4 527.04 | 1 083.03 | 54.25 | 33.09 | 11.08 | 140.79 | 11.13 | 2.53 | | | | | | |
| T | Kókusztejes kakaó | 363.91 | 87.06 | 0.97 | 1.23 | 0.26 | 17.92 | 14.99 | 0.24 | | | | | | | |
| | Miniméz 30g-os | 410.26 | 98.15 | 0.12 | 0.00 | 0.00 | 24.30 | 24.30 | 0.01 | | | | | | | |
| | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | | | | | |
| | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | | | | | |
| | E | Májgaluska leves | 489.81 | 117.18 | 8.17 | 3.43 | 1.27 | 13.29 | 0.04 | 0.35 | | | | | | |
| | | Csirkemellfilé Dubarry módra | 857.28 | 205.09 | 18.11 | 8.32 | 1.75 | 14.20 | 1.44 | 0.19 | | | | | | |
| | | Párolt rizs | 765.97 | 183.25 | 4.00 | 1.26 | 0.15 | 38.75 | 0.00 | 0.03 | | | | | | |
| U | Csemege paprikás szalámi | 206.56 | 49.42 | 1.96 | 4.58 | 1.61 | 0.03 | 0.00 | 0.40 | | | | | | | |





| 9/21/2023 csütörtök | | (00153) Tej, tojás. 4-6 | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---|----------------------------|------------------------------|----------|--------|-------|------|--------|-------|------|------|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | |
| (00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6 | U | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | |
| | | Kígyóborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | | |
| | | Zsemle, teljes kiőrlésű | 526.81 | 126.03 | 5.34 | 0.77 | 0.07 | 24.28 | 0.00 | 0.56 | | | |
| | | Összesen: | 4 316.01 | 1 032.55 | 43.62 | 25.13 | 6.49 | 156.74 | 40.77 | 2.54 | | | |
| | T | Kókusztejes kakaó | 363.91 | 87.06 | 0.97 | 1.23 | 0.26 | 17.92 | 14.99 | 0.24 | | | |
| | | Miniméz 30g-os | 410.26 | 98.15 | 0.12 | 0.00 | 0.00 | 24.30 | 24.30 | 0.01 | | | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | |
| | | Zsemle | 462.50 | 110.65 | 3.81 | 0.29 | 0.11 | 23.09 | 0.00 | 0.26 | | | |
| | | E | Májgaluska leves | 489.81 | 117.18 | 8.17 | 3.43 | 1.27 | 13.29 | 0.04 | 0.35 | | |
| | | | Csirkemellfilé Dubarry módra | 857.28 | 205.09 | 18.11 | 8.32 | 1.75 | 14.20 | 1.44 | 0.19 | | |
| | | | Párolt rizs | 765.97 | 183.25 | 4.00 | 1.26 | 0.15 | 38.75 | 0.00 | 0.03 | | |
| | | U | Csemege paprikás szalámi | 206.56 | 49.42 | 1.96 | 4.58 | 1.61 | 0.03 | 0.00 | 0.40 | | |
| | | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | | Kígyóborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | | Zsemle, teljes kiőrlésű | 526.81 | 126.03 | 5.34 | 0.77 | 0.07 | 24.28 | 0.00 | 0.56 | | |
| | | Összesen: | 4 283.84 | 1 024.86 | 42.80 | 24.81 | 6.56 | 156.39 | 40.77 | 2.31 | | | |





| 9/21/2023 csütörtök | | (00161) Tejmentes 4-6 | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-----------|------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|----------|--|
| | | | | | | | | | | | | |
| (00162) Laktózm. 4-6 | T | Kókusztejes kakaó | 363.91 | 87.06 | 0.97 | 1.23 | 0.26 | 17.92 | 14.99 | 0.24 | | |
| | | Miniméz 30g-os | 410.26 | 98.15 | 0.12 | 0.00 | 0.00 | 24.30 | 24.30 | 0.01 | | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | E | Májgaluska leves | 517.43 | 123.79 | 8.71 | 3.91 | 1.39 | 13.32 | 0.04 | 0.36 | | |
| | | Csirkemellfilé Dubarry módra | 1 010.60 | 241.77 | 20.86 | 11.40 | 3.14 | 13.66 | 0.60 | 0.25 | | |
| | | Párolt rizs | 765.97 | 183.25 | 4.00 | 1.26 | 0.15 | 38.75 | 0.00 | 0.03 | | |
| | U | Csemege paprikás szalámi | 206.56 | 49.42 | 1.96 | 4.58 | 1.61 | 0.03 | 0.00 | 0.40 | | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | Zsemle, teljes kiőrlésű | 526.81 | 126.03 | 5.34 | 0.77 | 0.07 | 24.28 | 0.00 | 0.56 | | |
| | Összesen: | | 4 496.95 | 1 075.84 | 46.91 | 28.69 | 8.00 | 156.23 | 39.93 | 2.61 | | |
| | T | Laktózmentes kakaó | 601.90 | 143.99 | 6.97 | 3.43 | 2.26 | 20.80 | 14.99 | 0.23 | | |
| Miniméz 30g-os | | 410.26 | 98.15 | 0.12 | 0.00 | 0.00 | 24.30 | 24.30 | 0.01 | | | |
| Margarin | | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | |
| Teljes kiőrlésű kenyér | | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | |
| E | | Májgaluska leves | 517.43 | 123.79 | 8.71 | 3.91 | 1.39 | 13.32 | 0.04 | 0.36 | | |
| | | Csirkemellfilé Dubarry módra | 954.93 | 228.45 | 18.82 | 11.28 | 3.56 | 12.65 | 0.00 | 0.23 | | |





| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|-------------------------------------|-----------|------------------------------|----------|----------|-------|-------|--------|--------|-------|------|------|--|--|
| 9/21/2023 csütörtök | (00162) Laktózm. 4-6 | E | Párolt rizs | 765.97 | 183.25 | 4.00 | 1.26 | 0.15 | 38.75 | 0.00 | 0.03 | | | |
| | | U | Csemege paprikás szalámi | 206.56 | 49.42 | 1.96 | 4.58 | 1.61 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.40 | | |
| | | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | | |
| | | | Zsemle, teljes kiőrlésű | 526.81 | 126.03 | 5.34 | 0.77 | 0.07 | 24.28 | 0.00 | 0.00 | 0.56 | | |
| | | Összesen: | 4 679.27 | 1 119.45 | 50.87 | 30.77 | 10.42 | 158.10 | 39.33 | 2.58 | | | | |
| | (00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6 | T | Kókusztejes kakaó | 363.91 | 87.06 | 0.97 | 1.23 | 0.26 | 17.92 | 14.99 | 0.24 | | | |
| | | | Miniméz 30g-os | 410.26 | 98.15 | 0.12 | 0.00 | 0.00 | 24.30 | 24.30 | 0.01 | | | |
| | | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | |
| | | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | |
| | | E | Májgaluska leves | 489.81 | 117.18 | 8.17 | 3.43 | 1.27 | 13.29 | 0.04 | 0.35 | | | |
| | | | Csirkemellfilé Dubarry módra | 857.28 | 205.09 | 18.11 | 8.32 | 1.75 | 14.20 | 1.44 | 0.19 | | | |
| | | | Párolt rizs | 765.97 | 183.25 | 4.00 | 1.26 | 0.15 | 38.75 | 0.00 | 0.03 | | | |
| | | U | Csemege paprikás szalámi | 206.56 | 49.42 | 1.96 | 4.58 | 1.61 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.40 | | |
| | | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | | Kígyóuborka | 14.74 | 3.53 | 0.30 | 0.03 | 0.00 | 0.51 | 0.00 | 0.01 | | | |
| | | | Zsemle, teljes kiőrlésű | 526.81 | 126.03 | 5.34 | 0.77 | 0.07 | 24.28 | 0.00 | 0.00 | 0.56 | | |
| | | | Összesen: | 4 316.01 | 1 032.55 | 43.62 | 25.13 | 6.49 | 156.74 | 40.77 | 2.54 | | | |





9/22/2023
péntek

| | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|------|------|--|
| (00150) Fruktóz sz. 4-6 | T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | |
| | | Trappista sajt | 310.88 | 74.37 | 5.54 | 5.62 | 3.57 | 0.32 | 0.00 | 0.09 | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | |
| | | Zöldpaprika | 24.57 | 5.88 | 0.36 | 0.09 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | |
| | E | Sertésraguleves | 629.77 | 150.66 | 8.42 | 10.64 | 3.52 | 5.02 | 0.00 | 0.25 | |
| | | Paprikás krumpli | 958.62 | 229.34 | 4.89 | 6.03 | 0.68 | 37.90 | 0.00 | 0.15 | |
| | | Csemege uborka | 28.77 | 6.88 | 0.30 | 0.05 | 0.00 | 1.30 | 0.00 | 0.25 | |
| | U | Perec | 1 141.98 | 273.20 | 9.40 | 0.70 | 0.25 | 57.00 | 0.00 | 0.50 | |
| | | Összesen: | 3 820.52 | 914.00 | 33.58 | 26.20 | 8.73 | 133.87 | 6.99 | 1.87 | |
| (00153) Tej, tojás. 4-6 | T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | |
| | | Zala felvágott | 307.31 | 73.52 | 4.68 | 5.97 | 2.18 | 0.18 | 0.00 | 0.09 | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | |
| | | Zöldpaprika | 24.57 | 5.88 | 0.36 | 0.09 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | |
| | E | Sertésraguleves | 629.77 | 150.66 | 8.42 | 10.64 | 3.52 | 5.02 | 0.00 | 0.25 | |
| | | Meggyes nudli | 1 007.50 | 241.03 | 6.18 | 2.99 | 0.33 | 46.12 | 5.99 | 0.23 | |
| | U | Sárgarépaszendvicskrém | 481.41 | 115.17 | 2.18 | 5.10 | 0.58 | 14.53 | 0.00 | 0.51 | |





9/22/2023
péntek

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--------------------------|------------------------|--------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|------|------|------|--|
| (00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6 | U | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | |
| | | Összesen: | 3 671.16 | 878.27 | 31.12 | 28.47 | 7.36 | 121.62 | 12.98 | 2.20 | | | |
| | T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | | |
| | | Zala felvágott | 307.31 | 73.52 | 4.68 | 5.97 | 2.18 | 0.18 | 0.00 | 0.09 | | | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | |
| | | Zsemle | 462.50 | 110.65 | 3.81 | 0.29 | 0.11 | 23.09 | 0.00 | 0.26 | | | |
| | | Zöldpaprika | 24.57 | 5.88 | 0.36 | 0.09 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | | | |
| | | E | Sertésraguleves | 629.77 | 150.66 | 8.42 | 10.64 | 3.52 | 5.02 | 0.00 | 0.25 | | |
| | | | Meggyes nudli | 1 007.50 | 241.03 | 6.18 | 2.99 | 0.33 | 46.12 | 5.99 | 0.23 | | |
| | | U | Sárgarépás szendvicskrém | 481.41 | 115.17 | 2.18 | 5.10 | 0.58 | 14.53 | 0.00 | 0.51 | | |
| | | | Zsemle | 462.50 | 110.65 | 3.81 | 0.29 | 0.11 | 23.09 | 0.00 | 0.26 | | |
| | | Összesen: | 3 606.82 | 862.89 | 29.48 | 27.83 | 7.50 | 120.92 | 12.98 | 1.74 | | | |
| | (00161) Tejmentes 4-6 | T | Gyümölcsstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | | Zala felvágott | 307.31 | 73.52 | 4.68 | 5.97 | 2.18 | 0.18 | 0.00 | 0.09 | | |
| | | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | | | Zöldpaprika | 24.57 | 5.88 | 0.36 | 0.09 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | | |
| | | E | Sertésraguleves | 629.77 | 150.66 | 8.42 | 10.64 | 3.52 | 5.02 | 0.00 | 0.25 | | |





| 9/22/2023 péntek | | (00161) Tejmentes 4-6 | | (00162) Laktózm. 4-6 | | | | | | | | | |
|---------------------|----------------------------|--------------------------|--------|-------------------------|-------|------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | |
| E | Meggyes nudli | 1 007.50 | 241.03 | 6.18 | 2.99 | 0.33 | 46.12 | 5.99 | 0.23 | | | | |
| U | Sárgarépás szendvicskrém | 481.41 | 115.17 | 2.18 | 5.10 | 0.58 | 14.53 | 0.00 | 0.51 | | | | |
| | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | | |
| | Összesen: | 3 671.16 | 878.27 | 31.12 | 28.47 | 7.36 | 121.62 | 12.98 | 2.20 | | | | |
| T | Gyümölcstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | | | |
| | Trappistasajt laktózmentes | 310.88 | 74.37 | 5.54 | 5.62 | 3.57 | 0.32 | 0.00 | 0.49 | | | | |
| | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | | | |
| | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | | |
| | Zöldpaprika | 24.57 | 5.88 | 0.36 | 0.09 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | | | | |
| E | Sertésraguleves | 629.77 | 150.66 | 8.42 | 10.64 | 3.52 | 5.02 | 0.00 | 0.25 | | | | |
| | Meggyes nudli | 1 007.50 | 241.03 | 6.18 | 2.99 | 0.33 | 46.12 | 5.99 | 0.23 | | | | |
| U | Sárgarépás szendvicskrém | 141.19 | 33.78 | 1.67 | 2.32 | 1.23 | 1.53 | 0.00 | 0.02 | | | | |
| | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | | | |
| | Összesen: | 3 334.51 | 797.73 | 31.47 | 25.34 | 9.40 | 108.76 | 12.98 | 2.11 | | | | |





| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------|--------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|------|--|
| 9/22/2023 péntek (00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6 | T | Gyümölcstea | 138.26 | 33.08 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 6.99 | 0.01 | | |
| | | Zala felvágott | 307.31 | 73.52 | 4.68 | 5.97 | 2.18 | 0.18 | 0.00 | 0.09 | | |
| | | Margarin | 93.00 | 22.25 | 0.01 | 2.45 | 0.67 | 0.01 | 0.00 | 0.13 | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | | Zöldpaprika | 24.57 | 5.88 | 0.36 | 0.09 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | | |
| | E | Sertésraguleves | 629.77 | 150.66 | 8.42 | 10.64 | 3.52 | 5.02 | 0.00 | 0.25 | | |
| | | Meggyes nudli | 1 007.50 | 241.03 | 6.18 | 2.99 | 0.33 | 46.12 | 5.99 | 0.23 | | |
| | U | Sárgarépás szendvicskrém | 481.41 | 115.17 | 2.18 | 5.10 | 0.58 | 14.53 | 0.00 | 0.51 | | |
| | | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67 | 118.34 | 4.63 | 0.61 | 0.04 | 23.44 | 0.00 | 0.49 | | |
| | Összesen: | | 3 671.16 | 878.27 | 31.12 | 28.47 | 7.36 | 121.62 | 12.98 | 2.20 | | |

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

