


Heti étlap 2018.10.15. - 2018.10.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																																																								
	TÍZÓRAI Felnőtt	Epres csipkebogyó tea Natúr vajkrém(*7) Graham kenyér(*1) Uborka	Tejeskávé(*7) Márványos kalács(*1,3,7)	Gyümölcsle Hot-dog(*1,6,7) Ketchup(*1,9)	Tej(*7) Mogyorókrém(*1,5,6,7,8) Korpás kifli(*1)	Vadmeggyes tea Magyaros vajkrém(*7) Teljeskiörlesű kenyér(*1) Paprika																																																																																								
		Energia: 558,21 Kcal / 2 333,32 KJ	Energia: 548,68 Kcal / 2 293,48 KJ	Energia: 556,93 Kcal / 2 327,97 KJ	Energia: 558,32 Kcal / 2 333,78 KJ	Energia: 520,58 Kcal / 2 176,02 KJ																																																																																								
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>13,65 g</td> <td>17,27 g</td> <td>7,73 g</td> <td>19,65 g</td> <td>12,91 g</td> <td>5,90 g</td> <td>23,15 g</td> <td>24,68 g</td> <td>9,19 g</td> <td>22,83 g</td> <td>15,34 g</td> <td>2,78 g</td> <td>12,77 g</td> <td>17,01 g</td> <td>7,46 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	13,65 g	17,27 g	7,73 g	19,65 g	12,91 g	5,90 g	23,15 g	24,68 g	9,19 g	22,83 g	15,34 g	2,78 g	12,77 g	17,01 g	7,46 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>86,28 g</td> <td>19,99 g</td> <td>2,08 g</td> <td>87,83 g</td> <td>25,57 g</td> <td>1,23 g</td> <td>59,72 g</td> <td>4,20 g</td> <td>4,47 g</td> <td>81,56 g</td> <td>14,40 g</td> <td>1,52 g</td> <td>78,52 g</td> <td>19,99 g</td> <td>1,37 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>86,28 g</td> <td>19,99 g</td> <td>2,08 g</td> <td>87,83 g</td> <td>25,57 g</td> <td>1,23 g</td> <td>59,72 g</td> <td>4,20 g</td> <td>4,47 g</td> <td>81,56 g</td> <td>14,40 g</td> <td>1,52 g</td> <td>78,52 g</td> <td>19,99 g</td> <td>1,37 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																														
	13,65 g	17,27 g	7,73 g	19,65 g	12,91 g	5,90 g	23,15 g	24,68 g	9,19 g	22,83 g	15,34 g	2,78 g	12,77 g	17,01 g	7,46 g																																																																															
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																															
	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g																																																																															
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																															
	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g																																																																															
	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>86,28 g</td> <td>19,99 g</td> <td>2,08 g</td> <td>87,83 g</td> <td>25,57 g</td> <td>1,23 g</td> <td>59,72 g</td> <td>4,20 g</td> <td>4,47 g</td> <td>81,56 g</td> <td>14,40 g</td> <td>1,52 g</td> <td>78,52 g</td> <td>19,99 g</td> <td>1,37 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>86,28 g</td> <td>19,99 g</td> <td>2,08 g</td> <td>87,83 g</td> <td>25,57 g</td> <td>1,23 g</td> <td>59,72 g</td> <td>4,20 g</td> <td>4,47 g</td> <td>81,56 g</td> <td>14,40 g</td> <td>1,52 g</td> <td>78,52 g</td> <td>19,99 g</td> <td>1,37 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>86,28 g</td> <td>19,99 g</td> <td>2,08 g</td> <td>87,83 g</td> <td>25,57 g</td> <td>1,23 g</td> <td>59,72 g</td> <td>4,20 g</td> <td>4,47 g</td> <td>81,56 g</td> <td>14,40 g</td> <td>1,52 g</td> <td>78,52 g</td> <td>19,99 g</td> <td>1,37 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																															
	86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g																																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
86,28 g	19,99 g	2,08 g	87,83 g	25,57 g	1,23 g	59,72 g	4,20 g	4,47 g	81,56 g	14,40 g	1,52 g	78,52 g	19,99 g	1,37 g																																																																																
EBÉD Felnőtt	Meggyes almaleves(*1,7) Natur szelet(*1) Csőben sült karfiol(*1,7) Félbarna kenyér(*1)	Csontleves cérnametéllel(*1,3,9) Debreceni tokány(*1,6) Kagylótészta(*1,3)	Zellerkrémleves(*1,7,9) Pirított kenyérkocka(*1) Budapest ragu(*1) Párolt rizs	Reszeltészta leves(*1,3,9) Sertéspörkölt Burgonyafőzelék(*1,7) Félbarna kenyér(*1)	Magyaros raguleves(*1,9) Káposztás tészta(*1,3) Félbarna kenyér(*1)																																																																																									
	Energia: 850,37 Kcal / 3 554,55 KJ	Energia: 918,92 Kcal / 3 841,09 KJ	Energia: 974,57 Kcal / 4 073,70 KJ	Energia: 1 096,07 Kcal / 4 581,57 KJ	Energia: 803,54 Kcal / 3 358,80 KJ																																																																																									
	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>48,60 g</td> <td>34,63 g</td> <td>10,04 g</td> <td>37,64 g</td> <td>46,83 g</td> <td>12,16 g</td> <td>33,49 g</td> <td>47,32 g</td> <td>10,44 g</td> <td>40,94 g</td> <td>48,81 g</td> <td>12,55 g</td> <td>32,86 g</td> <td>18,91 g</td> <td>5,38 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	48,60 g	34,63 g	10,04 g	37,64 g	46,83 g	12,16 g	33,49 g	47,32 g	10,44 g	40,94 g	48,81 g	12,55 g	32,86 g	18,91 g	5,38 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>84,24 g</td> <td>12,99 g</td> <td>7,46 g</td> <td>85,72 g</td> <td>0,04 g</td> <td>8,00 g</td> <td>102,05 g</td> <td>0,02 g</td> <td>5,96 g</td> <td>120,99 g</td> <td>0,01 g</td> <td>4,99 g</td> <td>124,25 g</td> <td>5,01 g</td> <td>4,34 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>84,24 g</td> <td>12,99 g</td> <td>7,46 g</td> <td>85,72 g</td> <td>0,04 g</td> <td>8,00 g</td> <td>102,05 g</td> <td>0,02 g</td> <td>5,96 g</td> <td>120,99 g</td> <td>0,01 g</td> <td>4,99 g</td> <td>124,25 g</td> <td>5,01 g</td> <td>4,34 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g	
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																															
48,60 g	34,63 g	10,04 g	37,64 g	46,83 g	12,16 g	33,49 g	47,32 g	10,44 g	40,94 g	48,81 g	12,55 g	32,86 g	18,91 g	5,38 g																																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																
84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g																																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																
84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g																																																																																
<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>84,24 g</td> <td>12,99 g</td> <td>7,46 g</td> <td>85,72 g</td> <td>0,04 g</td> <td>8,00 g</td> <td>102,05 g</td> <td>0,02 g</td> <td>5,96 g</td> <td>120,99 g</td> <td>0,01 g</td> <td>4,99 g</td> <td>124,25 g</td> <td>5,01 g</td> <td>4,34 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>84,24 g</td> <td>12,99 g</td> <td>7,46 g</td> <td>85,72 g</td> <td>0,04 g</td> <td>8,00 g</td> <td>102,05 g</td> <td>0,02 g</td> <td>5,96 g</td> <td>120,99 g</td> <td>0,01 g</td> <td>4,99 g</td> <td>124,25 g</td> <td>5,01 g</td> <td>4,34 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>84,24 g</td> <td>12,99 g</td> <td>7,46 g</td> <td>85,72 g</td> <td>0,04 g</td> <td>8,00 g</td> <td>102,05 g</td> <td>0,02 g</td> <td>5,96 g</td> <td>120,99 g</td> <td>0,01 g</td> <td>4,99 g</td> <td>124,25 g</td> <td>5,01 g</td> <td>4,34 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g																																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g																																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
84,24 g	12,99 g	7,46 g	85,72 g	0,04 g	8,00 g	102,05 g	0,02 g	5,96 g	120,99 g	0,01 g	4,99 g	124,25 g	5,01 g	4,34 g																																																																																
UZSONNA Felnőtt	Kakaós csiga(*1,3,7) Alma	Sajt szelet(*7) Margarin(*7) Graham kenyér(*1) Paprika	Túró rudi krém(*1,5,7,8,12) Teljeskiörlesű kenyér(*1)	Főtt tojáskarikák(*3) Margarin(*7) Félbarna kenyér(*1) Jégcsapretek	Sajtos párizsi(*7) Margarin(*7) Félbarna kenyér(*1)																																																																																									
	Energia: 435,26 Kcal / 1 819,39 KJ	Energia: 560,73 Kcal / 2 343,85 KJ	Energia: 351,06 Kcal / 1 467,43 KJ	Energia: 476,14 Kcal / 1 990,27 KJ	Energia: 533,35 Kcal / 2 229,40 KJ																																																																																									
	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>6,94 g</td> <td>24,12 g</td> <td>8,06 g</td> <td>20,50 g</td> <td>23,30 g</td> <td>8,88 g</td> <td>16,20 g</td> <td>4,41 g</td> <td>1,71 g</td> <td>14,94 g</td> <td>17,64 g</td> <td>4,43 g</td> <td>17,00 g</td> <td>22,80 g</td> <td>6,62 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	6,94 g	24,12 g	8,06 g	20,50 g	23,30 g	8,88 g	16,20 g	4,41 g	1,71 g	14,94 g	17,64 g	4,43 g	17,00 g	22,80 g	6,62 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>46,54 g</td> <td>11,80 g</td> <td>0,76 g</td> <td>66,59 g</td> <td>0,00 g</td> <td>2,86 g</td> <td>61,21 g</td> <td>3,49 g</td> <td>1,18 g</td> <td>64,01 g</td> <td>6,24 g</td> <td>2,69 g</td> <td>64,40 g</td> <td>0,00 g</td> <td>3,37 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsír</th> </tr> <tr> <td>46,54 g</td> <td>11,80 g</td> <td>0,76 g</td> <td>66,59 g</td> <td>0,00 g</td> <td>2,86 g</td> <td>61,21 g</td> <td>3,49 g</td> <td>1,18 g</td> <td>64,01 g</td> <td>6,24 g</td> <td>2,69 g</td> <td>64,40 g</td> <td>0,00 g</td> <td>3,37 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g	
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																															
6,94 g	24,12 g	8,06 g	20,50 g	23,30 g	8,88 g	16,20 g	4,41 g	1,71 g	14,94 g	17,64 g	4,43 g	17,00 g	22,80 g	6,62 g																																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																
46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g																																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																
46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g																																																																																
<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>46,54 g</td> <td>11,80 g</td> <td>0,76 g</td> <td>66,59 g</td> <td>0,00 g</td> <td>2,86 g</td> <td>61,21 g</td> <td>3,49 g</td> <td>1,18 g</td> <td>64,01 g</td> <td>6,24 g</td> <td>2,69 g</td> <td>64,40 g</td> <td>0,00 g</td> <td>3,37 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>46,54 g</td> <td>11,80 g</td> <td>0,76 g</td> <td>66,59 g</td> <td>0,00 g</td> <td>2,86 g</td> <td>61,21 g</td> <td>3,49 g</td> <td>1,18 g</td> <td>64,01 g</td> <td>6,24 g</td> <td>2,69 g</td> <td>64,40 g</td> <td>0,00 g</td> <td>3,37 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>46,54 g</td> <td>11,80 g</td> <td>0,76 g</td> <td>66,59 g</td> <td>0,00 g</td> <td>2,86 g</td> <td>61,21 g</td> <td>3,49 g</td> <td>1,18 g</td> <td>64,01 g</td> <td>6,24 g</td> <td>2,69 g</td> <td>64,40 g</td> <td>0,00 g</td> <td>3,37 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g																																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g																																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																
46,54 g	11,80 g	0,76 g	66,59 g	0,00 g	2,86 g	61,21 g	3,49 g	1,18 g	64,01 g	6,24 g	2,69 g	64,40 g	0,00 g	3,37 g																																																																																

**VACSORA
Felnőtt**

Tejbedara(*1,7) Fahéjas porcukor szórát			Meleg szendvics(*1,7)			Tésztasaláta(*1,3,7,10,12)			Ördögpecsenye Párolt rizs			Sült kolbász Mustár(*10,12) Fehér kenyér(*1)		
Energia: 558,88 Kcal / 2 336,12 KJ			Energia: 624,57 Kcal / 2 610,70 KJ			Energia: 654,94 Kcal / 2 737,65 KJ			Energia: 658,72 Kcal / 2 753,45 KJ			Energia: 956,13 Kcal / 3 996,62 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
18,57 g	6,31 g	3,09 g	28,58 g	27,30 g	10,31 g	21,62 g	33,13 g	5,48 g	32,96 g	25,91 g	5,32 g	40,95 g	56,06 g	18,21 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
106,30 g	41,96 g	0,90 g	65,41 g	0,00 g	4,27 g	66,78 g	2,75 g	4,18 g	72,61 g	0,00 g	3,32 g	71,16 g	0,00 g	5,51 g

*Allergének jelölése

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Kód	Allergén	Kód	Allergén
1	glutén	9	zeller
2	rák	10	mustár
3	tojás	11	szezám
4	hal	12	kéndioxid-szulfid
5	földimogyoró	13	csillagfürt
6	szója	14	puhatestűek
7	tejtermék, laktóz	15	mesterséges édesítőszer
8	diófélék	16	édesgyökér

Minőségbiztosítás
+36706148484
minosegbiztositas@tsgastro.hu

A tápértékek Quadro Byte Élelmezési program számításai alapján készültek.