Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(05005) Földimogy.,OM, szója, eper, bors	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 448.32 Kcal / 1,873.98 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 468.00 Kcal / 1,956.24 Kj	Energia: 470.61 Kcal / 1,967.15 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 11.18 g; Zsír: 16.38 g; T.Zsírsav: 9.60 g; Szénhidrát: 62.40 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g; Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Fehérje: 10.55 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 7.25 g; Szénhidrát: 63.04 g; Cukor: 1.88 g; Só: 1.44 g	Fehérje: 10.61 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 8.20 g; Szénhidrát: 66.90 g; Cukor: 4.08 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1,7	1	1,3,4,7,10	1,7	1
	(05075) PÉPES	Ásványvíz, Bébiétel üveges, különféle	Almalé 100%, Bébiétel üveges, különféle	Ásványvíz, Bébiétel üveges, különféle	Almalé 100%, Bébiétel üveges, különféle	Ásványvíz, Bébiétel üveges, különféle
		Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj	Energia: 128.54 Kcal / 537.30 Kj	Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj	Energia: 128.54 Kcal / 537.30 Kj	Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj
		Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g; Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Fehérje: 5.07 g; Zsír: 4.94 g; T.Zsírsav: 1.27 g; Szénhidrát: 15.81 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.71 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g; Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Fehérje: 5.07 g; Zsír: 4.94 g; T.Zsírsav: 1.27 g; Szénhidrát: 15.81 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.71 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g; Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g
	(05090) Symcumar diéta	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 448.32 Kcal / 1,873.98 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 468.00 Kcal / 1,956.24 Kj	Energia: 470.61 Kcal / 1,967.15 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 11.18 g; Zsír: 16.38 g; T.Zsírsav: 9.60 g; Szénhidrát: 62.40 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g; Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Fehérje: 10.55 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 7.25 g; Szénhidrát: 63.04 g; Cukor: 1.88 g; Só: 1.44 g	Fehérje: 10.61 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 8.20 g; Szénhidrát: 66.90 g; Cukor: 4.08 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1,7	1	1,3,4,7,10	1,7	1
Tízórai	(05005) Földimogy.,OM, szója, eper, bors	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj	Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj	Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj
		Fehérje: 25.10 g; Zsír: 24.83 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g	Fehérje: 19.19 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 19.58 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g

Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05010) Felvágott,virsli,kenőmáj,CSM.	Csipkebogyó tea, Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
Energia: 654.40 Kcal / 2,735.39 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
22.02 g	13.57 g	8.14 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108.56 g	11.72 g	2.46 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05015) SÓMENTES, PÉPES	Csipkebogyó tea, Bébiétel üveges, különféle			Csipkebogyó tea, Bébiétel üveges, különféle			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1]			Csipkebogyó tea, Bébiétel üveges, különféle			Tehéntej 1,5%[7], Bébiétel üveges, különféle		
Energia: 155.36 Kcal / 649.40 Kj			Energia: 155.36 Kcal / 649.40 Kj			Energia: 542.97 Kcal / 2,269.61 Kj			Energia: 155.36 Kcal / 649.40 Kj			Energia: 260.28 Kcal / 1,087.97 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
4.92 g	4.79 g	1.24 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g	19.18 g	5.48 g	2.88 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g	15.12 g	9.29 g	3.68 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
22.52 g	10.00 g	0.71 g	22.52 g	10.00 g	0.71 g	102.48 g	26.06 g	1.80 g	22.52 g	10.00 g	0.71 g	28.41 g	0.00 g	1.11 g
						1,7						7		
(05020) OMmus,bar,ban, szilvszó,alm,par	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1,7], Salátalevéllel, Körte			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Tehéntej 1,5%[7], Áfonyalekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
Energia: 617.72 Kcal / 2,582.07 Kj			Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 416.15 Kcal / 1,739.51 Kj			Energia: 531.90 Kcal / 2,223.34 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
23.23 g	25.03 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.12 g	5.99 g	19.31 g	6.68 g	3.44 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
73.98 g	9.99 g	1.27 g	72.98 g	11.54 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	76.32 g	11.24 g	1.82 g	96.86 g	20.43 g	1.82 g
1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05030) Fruktózszegény	Zöld tea , Hot-dog[1,7], Kölesgolyó			Zöld tea , Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával [3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Tehéntej 1,5%[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Zöld tea , Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Tehéntej 1,5%[7], Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
Energia: 533.04 Kcal / 2,228.11 Kj			Energia: 477.11 Kcal / 1,994.32 Kj			Energia: 453.12 Kcal / 1,894.04 Kj			Energia: 373.31 Kcal / 1,560.44 Kj			Energia: 551.95 Kcal / 2,307.15 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
23.95 g	24.93 g	9.46 g	20.52 g	12.05 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.15 g	7.13 g	5.69 g	23.11 g	15.84 g	6.66 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só

	53.84 g	0.21 g	1.26 g	62.99 g	1.55 g	1.77 g	77.51 g	1.08 g	1.81 g	65.80 g	1.08 g	1.81 g	77.57 g	1.08 g	2.61 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7		
(05035) OM, hüv.,nyers zölds.,alma	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25.10 g	24.83 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05040) Sertés- és marhamentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25.10 g	24.83 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05050) PKU	Csipkebogyó tea, Magyaros növényi szendvicskrémes, Kenyér, PKU[1,(7)], Banán			Csipkebogyó tea, Mézes, Liga margarinnal, Kenyér, PKU[1,(7)]			Karamellás rizstej, Kenyér, PKU[1,(7)], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Kenyér, PKU[1,(7)], Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Kenyér, PKU[1,(7)], Liga margarinnal		
	Energia: 484.32 Kcal / 2,024.46 Kj			Energia: 336.24 Kcal / 1,405.48 Kj			Energia: 423.14 Kcal / 1,768.73 Kj			Energia: 310.62 Kcal / 1,298.39 Kj			Energia: 390.78 Kcal / 1,633.46 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	3.64 g	13.19 g	8.58 g	1.31 g	4.62 g	0.74 g	1.28 g	7.48 g	1.09 g	2.51 g	9.60 g	5.45 g	1.67 g	7.48 g	1.09 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	86.43 g	11.92 g	1.56 g	71.52 g	36.22 g	0.86 g	85.86 g	38.88 g	0.85 g	52.86 g	11.92 g	1.26 g	77.08 g	30.11 g	0.87 g
	1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(7),(12)		
(05055) Paradicsom,OM, eper,szójaM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)], Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 745.72 Kcal / 3,117.11 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 416.67 Kcal / 1,741.68 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav

	26.18 g	26.63 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.12 g	5.99 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	98.75 g	10.00 g	1.91 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	76.34 g	11.25 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7,10,(12)			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05060) Lakto-ovo-Vegetariánus	Csipkebogyó tea, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 647.68 Kcal / 2,707.30 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	13.24 g	16.55 g	9.60 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	108.86 g	11.08 g	1.95 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05065) Zeller-mustár és fahéjmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25.10 g	24.83 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05070) Hüvelyes,szója,csirkeM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25.10 g	24.83 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05075) PÉPES	Csipkebogyó tea, Bébiétel üveges, különféle			Csipkebogyó tea, Bébiétel üveges, különféle			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1]			Csipkebogyó tea, Bébiétel üveges, különféle			Tehéntej 1,5%[7], Bébiétel üveges, különféle		
	Energia: 155.36 Kcal / 649.40 Kj			Energia: 155.36 Kcal / 649.40 Kj			Energia: 542.97 Kcal / 2,269.61 Kj			Energia: 155.36 Kcal / 649.40 Kj			Energia: 260.28 Kcal / 1,087.97 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav

		4.92 g	4.79 g	1.24 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g	19.18 g	5.48 g	2.88 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g	15.12 g	9.29 g	3.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		22.52 g	10.00 g	0.71 g	22.52 g	10.00 g	0.71 g	102.48 g	26.06 g	1.80 g	22.52 g	10.00 g	0.71 g	28.41 g	0.00 g	1.11 g
								1,7						7		
	(05090) Symcumar diéta	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)], Banán			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 745.72 Kcal / 3,117.11 Kj			Energia: 467.94 Kcal / 1,955.99 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 416.67 Kcal / 1,741.68 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		26.18 g	26.63 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.12 g	5.99 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		98.75 g	10.00 g	1.91 g	72.87 g	11.25 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	76.34 g	11.25 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
		1,7,10,(12)			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
	(05095) Hüvelyes-,zeller, szója-,OM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		25.10 g	24.83 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
		1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
Ebéd	**(05005) Földimogy.,OM, szója, eper, bors**	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E			Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]			Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával		
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj			Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj			Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj			Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj			Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		37.21 g	40.76 g	11.42 g	33.86 g	46.36 g	10.84 g	37.04 g	22.08 g	3.58 g	45.45 g	38.76 g	13.23 g	51.24 g	32.83 g	9.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		129.88 g	31.89 g	2.49 g	145.02 g	33.00 g	2.32 g	101.70 g	0.02 g	2.44 g	190.49 g	61.02 g	2.30 g	128.62 g	15.36 g	4.16 g
		1,3,7,15,(12)			1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,7,9,15,(12)			1,7,9		
	(05010) Felvágott,virsli,kenőmáj,CSM.															

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05010) Felvágott,virsli,kenőmáj,CSM.	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes sertésragu[1,7], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült sertés szelet, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 926.80 Kcal / 3,874.02 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 950.83 Kcal / 3,974.47 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 29.57 g; Zsír: 44.97 g; T.Zsírsav: 12.47 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g	Fehérje: 40.01 g; Zsír: 34.57 g; T.Zsírsav: 9.00 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 99.24 g; Cukor: 0.04 g; Só: 1.35 g	Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 126.56 g; Cukor: 15.66 g; Só: 3.68 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05015) SÓMENTES, PÉPES	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7]	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1]
		Energia: 995.32 Kcal / 4,160.44 Kj	Energia: 943.15 Kcal / 3,942.37 Kj	Energia: 707.98 Kcal / 2,959.36 Kj	Energia: 1,095.14 Kcal / 4,577.69 Kj	Energia: 890.94 Kcal / 3,724.13 Kj
		Fehérje: 35.90 g; Zsír: 40.66 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 32.66 g; Zsír: 46.06 g; T.Zsírsav: 10.81 g	Fehérje: 36.44 g; Zsír: 21.48 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 44.25 g; Zsír: 38.46 g; T.Zsírsav: 13.20 g	Fehérje: 49.44 g; Zsír: 32.53 g; T.Zsírsav: 9.14 g
		Szénhidrát: 123.98 g; Cukor: 25.99 g; Só: 2.29 g	Szénhidrát: 96.00 g; Cukor: 30.00 g; Só: 2.28 g	Szénhidrát: 91.20 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 141.47 g; Cukor: 58.02 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 107.24 g; Cukor: 0.37 g; Só: 3.93 g
		1,3,7	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05020) OMmus,bar,ban, szilvszó,alm,par	Meggyleves[1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes csirkeragu[1,7], Párolt rizzsel, Körte	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Zellerkrémleves[1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell[1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 977.30 Kcal / 4,085.11 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 844.42 Kcal / 3,529.68 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 996.38 Kcal / 4,164.87 Kj
		Fehérje: 36.70 g; Zsír: 41.13 g; T.Zsírsav: 11.64 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 40.08 g; Zsír: 22.93 g; T.Zsírsav: 4.73 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g	Fehérje: 51.53 g; Zsír: 31.56 g; T.Zsírsav: 8.92 g
		Szénhidrát: 112.94 g; Cukor: 17.91 g; Só: 2.46 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 118.10 g; Cukor: 0.02 g; Só: 1.44 g	Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 130.75 g; Cukor: 15.36 g; Só: 3.65 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05030) Fruktózszegény	Zöldségleves [7,9], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Csemege uborkával[15, (12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9, (7)], Fasírt[1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Corn and Joy - sós	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Sajtos tejfölös tészta [1,3,7]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Uborkasalátával édesítőszerrel[15]
		Energia: 960.29 Kcal / 4,014.01 Kj	Energia: 1,014.86 Kcal / 4,242.11 Kj	Energia: 816.21 Kcal / 3,411.76 Kj	Energia: 1,222.86 Kcal / 5,111.55 Kj	Energia: 902.86 Kcal / 3,773.95 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		36.01 g / 49.95 g / 12.52 g	26.85 g / 41.31 g / 10.67 g	56.84 g / 21.99 g / 3.67 g	46.69 g / 51.37 g / 18.05 g	50.46 g / 32.63 g / 9.14 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		90.51 g / 0.07 g / 4.76 g	129.44 g / 3.03 g / 1.81 g	113.40 g / 0.44 g / 2.87 g	141.38 g / 3.69 g / 4.61 g	108.96 g / 0.37 g / 4.95 g
		1,3,7,9,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9	1,7,9,15
	(05035) OM, hüv.,nyers zölds.,alma	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9, (7)], Fasírt[1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Körte	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,014.86 Kcal / 4,242.11 Kj	Energia: 787.47 Kcal / 3,291.62 Kj	Energia: 1,152.15 Kcal / 4,815.99 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		37.21 g / 40.76 g / 11.42 g	26.85 g / 41.31 g / 10.67 g	37.04 g / 21.93 g / 3.58 g	39.65 g / 36.99 g / 11.45 g	51.24 g / 32.83 g / 9.17 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		129.88 g / 31.89 g / 2.49 g	129.44 g / 3.03 g / 1.81 g	109.20 g / 0.02 g / 2.43 g	162.97 g / 61.01 g / 1.74 g	128.62 g / 15.36 g / 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05040) Sertés- és marhamentes	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Csirkepörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9, (7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 842.94 Kcal / 3,523.49 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,242.86 Kcal / 5,195.15 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		44.27 g / 17.80 g / 3.11 g	33.86 g / 46.36 g / 10.84 g	37.04 g / 22.08 g / 3.58 g	46.24 g / 32.84 g / 10.32 g	51.24 g / 32.83 g / 9.17 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		128.70 g / 31.87 g / 2.52 g	145.02 g / 33.00 g / 2.32 g	101.70 g / 0.02 g / 2.44 g	188.73 g / 60.96 g / 2.27 g	128.62 g / 15.36 g / 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,15,(12)	1,7,9
	(05050) PKU					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05050) PKU	Vegyes gyümölcsleves, Zöldség pörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Tejfölös burgonyafőzelék [1,7], Zöldségvagdalttal [1,3], Kenyér, PKU[1,(7)]	Kerti zöldségleves[9], Növényi tejszines gombaragu, Párolt rizzsel, Alma	Magyaros zöldségleves [9], Kenyér, PKU[1,(7)], Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1,(7)], Csőben sült brokkolival [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 659.74 Kcal / 2,757.71 Kj	Energia: 861.36 Kcal / 3,600.48 Kj	Energia: 628.61 Kcal / 2,627.59 Kj	Energia: 696.71 Kcal / 2,912.25 Kj	Energia: 1,120.33 Kcal / 4,682.98 Kj
		Fehérje: 8.41 g; Zsír: 20.95 g; T.Zsírsav: 2.39 g; Szénhidrát: 109.36 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.90 g	Fehérje: 19.55 g; Zsír: 24.08 g; T.Zsírsav: 3.66 g; Szénhidrát: 139.11 g; Cukor: 1.92 g; Só: 2.06 g	Fehérje: 16.30 g; Zsír: 19.73 g; T.Zsírsav: 2.22 g; Szénhidrát: 95.02 g; Cukor: 0.02 g; Só: 1.18 g	Fehérje: 10.07 g; Zsír: 22.05 g; T.Zsírsav: 2.64 g; Szénhidrát: 113.07 g; Cukor: 15.86 g; Só: 3.12 g	Fehérje: 40.18 g; Zsír: 35.08 g; T.Zsírsav: 7.96 g; Szénhidrát: 170.32 g; Cukor: 15.63 g; Só: 4.18 g
		15,(12)	1,3,7	9	1,9,15,(7)	1,7,9
	(05055) Paradicsom,OM, eper,szójaM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g; Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g; Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g; Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g; Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g; Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05060) Lakto-ovo-Vegetariánus	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Zöldség pörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Zöldborsófőzelékkel [1,7], Zöldségvagdalttal [1,3], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszines gombaragu[7], Párolt rizzsel, Alma	Fejtett bableves [1,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült brokkolival [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 826.11 Kcal / 3,453.14 Kj	Energia: 1,035.64 Kcal / 4,328.98 Kj	Energia: 646.55 Kcal / 2,702.58 Kj	Energia: 1,183.84 Kcal / 4,948.45 Kj	Energia: 999.25 Kcal / 4,176.87 Kj
		Fehérje: 21.09 g; Zsír: 26.14 g; T.Zsírsav: 3.91 g; Szénhidrát: 128.82 g; Cukor: 31.87 g; Só: 2.12 g	Fehérje: 25.70 g; Zsír: 27.75 g; T.Zsírsav: 4.15 g; Szénhidrát: 168.16 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.27 g	Fehérje: 16.96 g; Zsír: 21.07 g; T.Zsírsav: 3.93 g; Szénhidrát: 95.80 g; Cukor: 0.02 g; Só: 1.20 g	Fehérje: 36.07 g; Zsír: 31.56 g; T.Zsírsav: 10.15 g; Szénhidrát: 186.58 g; Cukor: 60.98 g; Só: 1.73 g	Fehérje: 36.05 g; Zsír: 37.29 g; T.Zsírsav: 9.73 g; Szénhidrát: 136.47 g; Cukor: 15.36 g; Só: 5.51 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	7,9	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05065) Zeller-mustár és fahéjmentes					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05065) Zeller-mustár és fahéjmentes	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves, Tejszínes csirkeragu[1,7], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás burgonyakrémleves[1,7], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell[1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,105.47 Kcal / 4,620.86 Kj	Energia: 809.22 Kcal / 3,382.54 Kj	Energia: 1,270.51 Kcal / 5,310.73 Kj	Energia: 1,009.57 Kcal / 4,220.00 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.43 g; Zsír: 43.25 g; T.Zsírsav: 10.03 g	Fehérje: 39.86 g; Zsír: 23.25 g; T.Zsírsav: 4.78 g	Fehérje: 44.66 g; Zsír: 36.79 g; T.Zsírsav: 12.19 g	Fehérje: 51.46 g; Zsír: 31.96 g; T.Zsírsav: 8.78 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 141.52 g; Cukor: 32.97 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 108.63 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.98 g	Szénhidrát: 187.72 g; Cukor: 60.96 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 136.02 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.03 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7	1,7	1,3,7,15,(12)	1,7
	(05070) Hüvelyes,szója,csirkeM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes sertésragu[1,7], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült sertés szelet, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,014.86 Kcal / 4,242.11 Kj	Energia: 926.80 Kcal / 3,874.02 Kj	Energia: 1,152.15 Kcal / 4,815.99 Kj	Energia: 950.83 Kcal / 3,974.47 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 26.85 g; Zsír: 41.31 g; T.Zsírsav: 10.67 g	Fehérje: 29.57 g; Zsír: 44.97 g; T.Zsírsav: 12.47 g	Fehérje: 39.65 g; Zsír: 36.99 g; T.Zsírsav: 11.45 g	Fehérje: 40.01 g; Zsír: 34.57 g; T.Zsírsav: 9.00 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 129.44 g; Cukor: 3.03 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 99.24 g; Cukor: 0.04 g; Só: 1.35 g	Szénhidrát: 162.97 g; Cukor: 61.01 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 126.56 g; Cukor: 15.66 g; Só: 3.68 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05075) PÉPES	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7]	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1]
		Energia: 995.32 Kcal / 4,160.44 Kj	Energia: 943.15 Kcal / 3,942.37 Kj	Energia: 707.98 Kcal / 2,959.36 Kj	Energia: 1,095.14 Kcal / 4,577.69 Kj	Energia: 890.94 Kcal / 3,724.13 Kj
		Fehérje: 35.90 g; Zsír: 40.66 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 32.66 g; Zsír: 46.06 g; T.Zsírsav: 10.81 g	Fehérje: 36.44 g; Zsír: 21.48 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 44.25 g; Zsír: 38.46 g; T.Zsírsav: 13.20 g	Fehérje: 49.44 g; Zsír: 32.53 g; T.Zsírsav: 9.14 g
		Szénhidrát: 123.98 g; Cukor: 25.99 g; Só: 2.29 g	Szénhidrát: 96.00 g; Cukor: 30.00 g; Só: 2.28 g	Szénhidrát: 91.20 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 141.47 g; Cukor: 58.02 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 107.24 g; Cukor: 0.37 g; Só: 3.93 g
		1,3,7	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05080) Fehér,sószeg.,vesek.	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Zöldség pörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Zöldborsófőzelékkel [1], Zöldségvagdalttal [1,3], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszines gombaragu[7], Párolt rizzsel, Alma	Fejtett bableves [1,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült brokkolival [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 826.11 Kcal / 3,453.14 Kj	Energia: 810.27 Kcal / 3,386.93 Kj	Energia: 646.55 Kcal / 2,702.58 Kj	Energia: 1,183.84 Kcal / 4,948.45 Kj	Energia: 999.25 Kcal / 4,176.87 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		21.09 g / 26.14 g / 3.91 g	23.71 g / 17.46 g / 2.55 g	16.96 g / 21.07 g / 3.93 g	36.07 g / 31.56 g / 10.15 g	36.05 g / 37.29 g / 9.73 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		128.82 g / 31.87 g / 2.12 g	137.16 g / 11.02 g / 1.90 g	95.80 g / 0.02 g / 1.20 g	186.58 g / 60.98 g / 1.73 g	136.47 g / 15.36 g / 5.51 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,9,(7)	7,9	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05090) Symcumar diéta	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes csirkeragu[1,7], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Céklasalátával[15,(12)]
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,014.86 Kcal / 4,242.11 Kj	Energia: 817.11 Kcal / 3,415.52 Kj	Energia: 1,152.15 Kcal / 4,815.99 Kj	Energia: 922.04 Kcal / 3,854.13 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		37.21 g / 40.76 g / 11.42 g	26.85 g / 41.31 g / 10.67 g	40.08 g / 23.08 g / 4.73 g	39.65 g / 36.99 g / 11.45 g	50.75 g / 32.63 g / 9.14 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		129.88 g / 31.89 g / 2.49 g	129.44 g / 3.03 g / 1.81 g	110.60 g / 0.02 g / 1.45 g	162.97 g / 61.01 g / 1.74 g	113.14 g / 6.27 g / 4.13 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9,15,(12)
	(05095) Hüvelyes-,zeller, szója-,OM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3], Fasírt[1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves, Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás burgonyakrémleves[1,7], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell[1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 970.34 Kcal / 4,056.02 Kj	Energia: 752.27 Kcal / 3,144.49 Kj	Energia: 1,237.59 Kcal / 5,173.13 Kj	Energia: 1,009.57 Kcal / 4,220.00 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		37.21 g / 40.76 g / 11.42 g	26.42 g / 38.20 g / 9.86 g	36.82 g / 22.25 g / 3.63 g	39.64 g / 47.26 g / 15.11 g	51.46 g / 31.96 g / 8.78 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		129.88 g / 31.89 g / 2.49 g	125.94 g / 3.00 g / 1.19 g	99.73 g / 0.00 g / 1.97 g	162.22 g / 61.01 g / 3.16 g	136.02 g / 15.36 g / 4.03 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7	1,7,10,(12)	1,3,7,15,(12)	1,7

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(05005) Földimogy.,OM, szója, eper, bors	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1,7	1,7	1	
	(05010) Felvágott,virsli,kenőmáj,CSM.	Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Körözöttes[7], Diétás pékáru BL[1], Pritamin Paprikával
		Energia: 456.76 Kcal / 1,909.26 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 363.01 Kcal / 1,517.38 Kj
		Fehérje: 10.46 g; Zsír: 17.10 g; T.Zsírsav: 8.17 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.69 g; Zsír: 4.34 g; T.Zsírsav: 2.20 g
		Szénhidrát: 63.60 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 64.75 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.92 g
		1,7	1,7	1,7	1,7	
	(05015) SÓMENTES, PÉPES	Bébiétel üveges, különféle	Bébiétel üveges, különféle	Bébiétel üveges, különféle	Bébiétel üveges, különféle	Bébiétel üveges, különféle
		Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj	Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj	Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj	Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj	Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj
		Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g
		Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g
	(05020) OMmus,bar,ban, szilvszó,alm,par	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1,7	1,7	1	
	(05030) Fruktózszegény					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(05030) Fruktózszegény	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 448.32 Kcal / 1,873.98 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 11.18 g; Zsír: 16.38 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 62.40 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1,7	1,7	1,7	1
	(05035) OM, hüv.,nyers zölds.,alma	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1,7	1,7	1	
	(05040) Sertés- és marhamentes	Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Baromfi párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 359.58 Kcal / 1,503.04 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 16.27 g; Zsír: 3.42 g; T.Zsírsav: 1.37 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 64.49 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1,7	1,7	1	
	(05050) PKU	Kenyér, PKU[1,(7)], Violife növényi sajt szelettel, Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Kenyér, PKU[1,(7)], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Kenyér, PKU[1,(7)]	Sárgarépás növ.szendvicskrémes, Kenyér, PKU[1,(7)], Pritamin Paprikával
		Energia: 292.39 Kcal / 1,222.19 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 291.85 Kcal / 1,219.93 Kj	Energia: 284.49 Kcal / 1,189.17 Kj	Energia: 257.74 Kcal / 1,077.35 Kj
		Fehérje: 1.71 g; Zsír: 11.67 g; T.Zsírsav: 6.78 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 2.13 g; Zsír: 13.08 g; T.Zsírsav: 8.59 g	Fehérje: 1.62 g; Zsír: 13.02 g; T.Zsírsav: 8.58 g	Fehérje: 2.00 g; Zsír: 9.55 g; T.Zsírsav: 5.43 g
		Szénhidrát: 44.47 g; Cukor: 2.46 g; Só: 1.53 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 41.17 g; Cukor: 2.18 g; Só: 1.50 g	Szénhidrát: 39.80 g; Cukor: 1.92 g; Só: 1.48 g	Szénhidrát: 40.43 g; Cukor: 1.92 g; Só: 1.26 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(05050) PKU	1,(7)		1,(7)	1,(7)	1,(7)
	(05055) Paradicsom,OM, eper,szójaM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g; Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g; Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g; Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1,7	1,7	1
	(05060) Lakto-ovo-Vegetariánus	Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sárgarépás sajtvarázskrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Pritamin Paprikával
		Energia: 464.12 Kcal / 1,940.02 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 439.92 Kcal / 1,838.87 Kj
		Fehérje: 20.55 g; Zsír: 13.54 g; T.Zsírsav: 8.14 g; Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.72 g; Só: 2.38 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g; Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g; Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g; Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Fehérje: 11.68 g; Zsír: 14.52 g; T.Zsírsav: 7.13 g; Szénhidrát: 63.99 g; Cukor: 1.16 g; Só: 1.93 g
		1,7		1,7	1,7	1,7
	(05065) Zeller-mustár és fahéjmentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g; Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g; Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g; Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1,7	1,7	1
	(05070) Hüvelyes,szója,csirkeM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Pritamin Paprikával, Liga margarinnal
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát:	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g; Szénhidrát:	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g; Szénhidrát:	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g; Szénhidrát:	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g; Szénhidrát:

		62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
		1						1,7			1,7			1		
	(05075) PÉPES	Bébiétel üveges, különféle			Bébiétel üveges, különféle			Bébiétel üveges, különféle			Bébiétel üveges, különféle			Bébiétel üveges, különféle		
		Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj			Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj			Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj			Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj			Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		4.92 g	4.79 g	1.24 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g	4.92 g	4.79 g	1.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		12.51 g	0.00 g	0.71 g	12.51 g	0.00 g	0.71 g	12.51 g	0.00 g	0.71 g	12.51 g	0.00 g	0.71 g	12.51 g	0.00 g	0.71 g
	(05090) Symcumar diéta	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.32 Kcal / 1,873.98 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.18 g	16.38 g	9.60 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.40 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
		1						1,7			1,7			1		
	(05095) Hüvelyes-,zeller, szója-,OM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
		1						1,7			1,7			1		
Vacsora	**(05005) Földimogy.,OM, szója, eper, bors**	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Almalé 100%, Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu [1,7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
		Energia: 651.50 Kcal / 2,723.27 Kj			Energia: 763.84 Kcal / 3,192.85 Kj			Energia: 510.00 Kcal / 2,131.80 Kj			Energia: 484.73 Kcal / 2,026.17 Kj			Energia: 699.13 Kcal / 2,922.36 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		31.47 g	34.52 g	10.71 g	40.51 g	42.57 g	11.91 g	21.72 g	15.10 g	5.81 g	30.28 g	21.11 g	10.57 g	48.86 g	16.80 g	3.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		53.94 g	3.00 g	3.34 g	52.86 g	0.40 g	2.42 g	70.36 g	10.93 g	3.71 g	43.14 g	3.03 g	4.77 g	87.75 g	7.05 g	2.06 g
		1,7			1,7			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,(12)		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Vacsora	(05075) PÉPES	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1,7]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)	Almalé 100%, Bébiétel üveges, különféle	Ásványvíz, Bébiétel üveges, különféle	Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu [1,7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
		Energia: 651.50 Kcal / 2,723.27 Kj	Energia: 763.84 Kcal / 3,192.85 Kj	Energia: 128.54 Kcal / 537.30 Kj	Energia: 114.69 Kcal / 479.40 Kj	Energia: 699.13 Kcal / 2,922.36 Kj
		Fehérje: 31.47 g; Zsír: 34.52 g; T.Zsírsav: 10.71 g	Fehérje: 40.51 g; Zsír: 42.57 g; T.Zsírsav: 11.91 g	Fehérje: 5.07 g; Zsír: 4.94 g; T.Zsírsav: 1.27 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 4.79 g; T.Zsírsav: 1.24 g	Fehérje: 48.86 g; Zsír: 16.80 g; T.Zsírsav: 3.21 g
		Szénhidrát: 53.94 g; Cukor: 3.00 g; Só: 3.34 g	Szénhidrát: 52.86 g; Cukor: 0.40 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 15.81 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 12.51 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 87.75 g; Cukor: 7.05 g; Só: 2.06 g
		1,7	1,7			1,3,7,10,(12)
	(05090) Symcumar diéta	Almalé 100%, Rakott sárgarépa bulgurral[1,7]	Ásványvíz, Sajtos sertésszelet[7,(1,10)], Tört burgonyával(7)	Almalé 100%, Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]	Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]	Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu [1,7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
		Energia: 616.04 Kcal / 2,575.05 Kj	Energia: 682.24 Kcal / 2,851.76 Kj	Energia: 510.00 Kcal / 2,131.80 Kj	Energia: 484.73 Kcal / 2,026.17 Kj	Energia: 699.13 Kcal / 2,922.36 Kj
		Fehérje: 24.08 g; Zsír: 31.33 g; T.Zsírsav: 9.85 g	Fehérje: 32.36 g; Zsír: 39.78 g; T.Zsírsav: 10.55 g	Fehérje: 21.72 g; Zsír: 15.10 g; T.Zsírsav: 5.81 g	Fehérje: 30.28 g; Zsír: 21.11 g; T.Zsírsav: 10.57 g	Fehérje: 48.86 g; Zsír: 16.80 g; T.Zsírsav: 3.21 g
		Szénhidrát: 59.46 g; Cukor: 3.00 g; Só: 3.79 g	Szénhidrát: 47.09 g; Cukor: 0.45 g; Só: 4.26 g	Szénhidrát: 70.36 g; Cukor: 10.93 g; Só: 3.71 g	Szénhidrát: 43.14 g; Cukor: 3.03 g; Só: 4.77 g	Szénhidrát: 87.75 g; Cukor: 7.05 g; Só: 2.06 g
		1,7	7,(1),(10)	1,3,7,10,11,(6),(8),(12)	1,7	1,3,7,10,(12)

.....

Élelmezésvezető

Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	**(05230) Tojás,szója,OM-,kiwi,barack,banánM**	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 448.32 Kcal / 1,873.98 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 470.61 Kcal / 1,967.15 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 11.18 g; Zsír: 16.38 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 3.56 g; T.Zsírsav: 1.61 g	Fehérje: 10.61 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 8.20 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 62.40 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 61.62 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 66.90 g; Cukor: 4.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1,7	1	1,4	1,7	1
Tízórai	**(05100) Fah,méz,füst,adalek**	Csipkebogyó tea, Trapista sajt szelettel[7], Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Banán	Csipkebogyó tea, Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Kígyóuborkával	Tehéntej 1,5%[7], Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 795.79 Kcal / 3,326.40 Kj	Energia: 658.40 Kcal / 2,752.11 Kj	Energia: 594.51 Kcal / 2,485.05 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 510.60 Kcal / 2,134.31 Kj
		Fehérje: 23.01 g; Zsír: 28.37 g; T.Zsírsav: 15.31 g	Fehérje: 21.38 g; Zsír: 26.82 g; T.Zsírsav: 11.47 g	Fehérje: 20.18 g; Zsír: 21.48 g; T.Zsírsav: 10.61 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 19.57 g; Zsír: 5.48 g; T.Zsírsav: 2.88 g
		Szénhidrát: 109.35 g; Cukor: 11.72 g; Só: 2.46 g	Szénhidrát: 73.79 g; Cukor: 11.55 g; Só: 1.77 g	Szénhidrát: 78.30 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 93.70 g; Cukor: 17.28 g; Só: 1.82 g
		1,7	1,3,7	1,7	1	1,7,(12)
	(05105) Margarinmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj	Energia: 658.40 Kcal / 2,752.11 Kj	Energia: 694.89 Kcal / 2,904.64 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 510.60 Kcal / 2,134.31 Kj
		Fehérje: 25.10 g; Zsír: 24.83 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 21.38 g; Zsír: 26.82 g; T.Zsírsav: 11.47 g	Fehérje: 20.18 g; Zsír: 21.48 g; T.Zsírsav: 10.61 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 19.57 g; Zsír: 5.48 g; T.Zsírsav: 2.88 g
		Szénhidrát: 99.35 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.99 g	Szénhidrát: 73.79 g; Cukor: 11.55 g; Só: 1.77 g	Szénhidrát: 103.28 g; Cukor: 26.06 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 93.70 g; Cukor: 17.28 g; Só: 1.82 g
		1,7	1,3,7	1,7	1	1,7,(12)

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(05110) OM,kók,must,szój,szilv,banan,burgM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7]	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal	Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Tehéntej 1,5%[7], Baracklekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 537.51 Kcal / 2,246.79 Kj	Energia: 512.31 Kcal / 2,141.46 Kj	Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj	Energia: 411.97 Kcal / 1,722.03 Kj	Energia: 539.84 Kcal / 2,256.53 Kj
		Fehérje: 22.52 g; Zsír: 24.56 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 19.99 g; Zsír: 11.98 g; T.Zsírsav: 4.00 g	Fehérje: 19.19 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g	Fehérje: 9.91 g; Zsír: 7.08 g; T.Zsírsav: 5.69 g	Fehérje: 19.34 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g
		Szénhidrát: 55.85 g; Cukor: 10.00 g; Só: 1.26 g	Szénhidrát: 72.32 g; Cukor: 11.38 g; Só: 1.76 g	Szénhidrát: 102.49 g; Cukor: 26.06 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 75.66 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 98.90 g; Cukor: 22.47 g; Só: 1.81 g
		1,7	1,3	1,7	1	1,7,(12)
	(05125) Só-,és oxalátszegény	Tehéntej 1,5%[7], Főtt Bécsi rudacska, Diétás pékáru BL[1], Ketchuppal, Banán	Tehéntej 1,5%[7], Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Tehéntej 1,5%[7], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 910.88 Kcal / 3,807.48 Kj	Energia: 621.93 Kcal / 2,599.67 Kj	Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj	Energia: 525.65 Kcal / 2,197.22 Kj	Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj
		Fehérje: 36.76 g; Zsír: 29.75 g; T.Zsírsav: 12.07 g	Fehérje: 30.59 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 6.74 g	Fehérje: 19.19 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g	Fehérje: 20.51 g; Zsír: 11.66 g; T.Zsírsav: 8.15 g	Fehérje: 19.58 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g
		Szénhidrát: 121.24 g; Cukor: 8.28 g; Só: 2.53 g	Szénhidrát: 78.89 g; Cukor: 1.55 g; Só: 2.17 g	Szénhidrát: 102.49 g; Cukor: 26.06 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 83.15 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.22 g	Szénhidrát: 93.71 g; Cukor: 17.28 g; Só: 1.83 g
		1,7	1,3,7	1,7	1,7	1,7,(12)
	(05135) Hal-,rák-,tenger gyüm.,OMmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj	Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj	Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj
		Fehérje: 25.10 g; Zsír: 24.83 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g	Fehérje: 19.19 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 19.58 g; Zsír: 6.68 g; T.Zsírsav: 3.44 g
		Szénhidrát: 99.35 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.99 g	Szénhidrát: 73.00 g; Cukor: 11.55 g; Só: 1.77 g	Szénhidrát: 102.49 g; Cukor: 26.06 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 93.71 g; Cukor: 17.28 g; Só: 1.83 g
		1,7	1,3	1,7	1	1,7,(12)
	(05140) Paradicsom- és citrusmentes	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)], Banán	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 745.20 Kcal / 3,114.94 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj	Energia: 416.15 Kcal / 1,739.51 Kj	Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj
		Fehérje: Zsír: T.Zsírsav:	Fehérje: Zsír: T.Zsírsav:	Fehérje: Zsír: T.Zsírsav:	Fehérje: Zsír: T.Zsírsav:	Fehérje: Zsír: T.Zsírsav:

	26.18 g	26.63 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.12 g	5.99 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	98.73 g	9.99 g	1.91 g	72.98 g	11.54 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	76.32 g	11.24 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7,10,(12)			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05145) OM,bors,csoki,gesz,tárk,kurk,szójM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25.10 g	24.83 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05165) Zsírszegény	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj			Energia: 467.94 Kcal / 1,955.99 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	23.15 g	24.68 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	63.05 g	17.20 g	1.91 g	72.87 g	11.25 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
(05200) TOM,szój,zab,rozs,ban,fokparM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1,7], Salátalevéllel, Alma			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 590.41 Kcal / 2,467.91 Kj			Energia: 467.42 Kcal / 1,953.82 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 412.69 Kcal / 1,725.04 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	23.23 g	25.18 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.02 g	7.10 g	5.69 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	66.48 g	9.99 g	1.28 g	72.85 g	11.24 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	75.79 g	11.07 g	1.81 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
(05205) Tojás,para,kuk,körte,dinnye,szezám	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)], Alma			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 640.45 Kcal / 2,677.08 Kj			Energia: 467.94 Kcal / 1,955.99 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 413.21 Kcal / 1,727.22 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav

	24.83 g	27.08 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.02 g	7.10 g	5.69 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	72.95 g	10.00 g	1.85 g	72.87 g	11.25 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	75.81 g	11.08 g	1.81 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7,10,(12)			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
(05210) Tojás-, hüvely.-,szezám-, mogyoróme	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Alma			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 622.25 Kcal / 2,601.01 Kj			Energia: 467.94 Kcal / 1,955.99 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	23.75 g	25.28 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	73.55 g	17.20 g	1.93 g	72.87 g	11.25 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
(05215) Tojás,szárnyashús,szója	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Alma			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 622.25 Kcal / 2,601.01 Kj			Energia: 467.94 Kcal / 1,955.99 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	23.75 g	25.28 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	73.55 g	17.20 g	1.93 g	72.87 g	11.25 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
(05220) Méz-, diómentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25.10 g	24.83 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	99.35 g	17.20 g	1.99 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
	1,7			1,3			1,7			1			1,7,(12)		
(05230) Tojás,szója,OM-,kiwi,barack,bananM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Alma			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 622.25 Kcal / 2,601.01 Kj			Energia: 467.94 Kcal / 1,955.99 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav

		23.75 g	25.28 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		73.55 g	17.20 g	1.93 g	72.87 g	11.25 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
		1,7			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
	(05235) Tojás,hal,mogyoró,pisztáciaM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7], Ketchuppal, Alma			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 622.25 Kcal / 2,601.01 Kj			Energia: 467.94 Kcal / 1,955.99 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.75 g	25.28 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		73.55 g	17.20 g	1.93 g	72.87 g	11.25 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
		1,7			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
	(05245) Tojás,par,kók,must,fokh,OM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1,7], Salátalevéllel, Alma			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 590.41 Kcal / 2,467.91 Kj			Energia: 467.42 Kcal / 1,953.82 Kj			Energia: 553.50 Kcal / 2,313.63 Kj			Energia: 412.69 Kcal / 1,725.04 Kj			Energia: 521.13 Kcal / 2,178.32 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.23 g	25.18 g	9.39 g	12.62 g	13.20 g	6.50 g	19.19 g	6.68 g	3.44 g	10.02 g	7.10 g	5.69 g	19.58 g	6.68 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		66.48 g	9.99 g	1.28 g	72.85 g	11.24 g	1.81 g	102.49 g	26.06 g	1.81 g	75.79 g	11.07 g	1.81 g	93.71 g	17.28 g	1.83 g
		1,7			1,7			1,7			1			1,7,(12)		
Ebéd	**(05100) Fah,méz,füst,adalek**	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával			Zöldségleves [7,9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1,7], Diétás pékáruval BL-E			Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]			Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával		
		Energia: 1,026.57 Kcal / 4,291.06 Kj			Energia: 1,190.61 Kcal / 4,976.75 Kj			Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj			Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj			Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		37.20 g	40.76 g	11.42 g	33.29 g	54.02 g	11.96 g	37.04 g	22.08 g	3.58 g	45.45 g	38.76 g	13.23 g	51.24 g	32.83 g	9.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		129.88 g	25.99 g	2.73 g	138.54 g	33.02 g	2.27 g	101.70 g	0.02 g	2.44 g	190.49 g	61.02 g	2.30 g	128.62 g	15.36 g	4.16 g
		1,3,7			1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,7,9,15,(12)			1,7,9		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05105) Margarinmentes	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Zöldségleves [7,9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,190.61 Kcal / 4,976.75 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.29 g; Zsír: 54.02 g; T.Zsírsav: 11.96 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 138.54 g; Cukor: 33.02 g; Só: 2.27 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05110) OM,kók,must,szój,szilv,ban,burgM	Meggyleves[1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves, Tejszínes csirkeragu[1,7], Párolt rizzsel, Körtekompót	Jókai bableves [1], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Zöldségleves, Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 977.30 Kcal / 4,085.11 Kj	Energia: 1,105.47 Kcal / 4,620.86 Kj	Energia: 853.75 Kcal / 3,568.68 Kj	Energia: 1,270.51 Kcal / 5,310.73 Kj	Energia: 896.35 Kcal / 3,746.74 Kj
		Fehérje: 36.70 g; Zsír: 41.13 g; T.Zsírsav: 11.64 g	Fehérje: 33.43 g; Zsír: 43.25 g; T.Zsírsav: 10.03 g	Fehérje: 39.56 g; Zsír: 22.65 g; T.Zsírsav: 4.78 g	Fehérje: 44.66 g; Zsír: 36.79 g; T.Zsírsav: 12.19 g	Fehérje: 48.95 g; Zsír: 29.16 g; T.Zsírsav: 7.24 g
		Szénhidrát: 112.94 g; Cukor: 17.91 g; Só: 2.46 g	Szénhidrát: 141.52 g; Cukor: 32.97 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 121.83 g; Cukor: 23.70 g; Só: 0.98 g	Szénhidrát: 187.72 g; Cukor: 60.96 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 114.96 g; Cukor: 15.31 g; Só: 5.08 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7	1,7	1,3,7,15,(12)	1,7
	(05120) Szénhidrát és fehérjebő	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05125) Só-,és oxalátszegény	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Uborkasalátával	Vajgaluskaleves[1,3,9, (7)], Fasírt[1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes csirkeragu[1,7], Párolt rizzsel, Almakompót	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Vanília sodóval[1,7]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,031.33 Kcal / 4,310.96 Kj	Energia: 1,014.86 Kcal / 4,242.11 Kj	Energia: 780.88 Kcal / 3,264.08 Kj	Energia: 1,170.77 Kcal / 4,893.82 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 36.92 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 12.17 g	Fehérje: 26.85 g; Zsír: 41.31 g; T.Zsírsav: 10.67 g	Fehérje: 39.97 g; Zsír: 22.96 g; T.Zsírsav: 4.74 g	Fehérje: 43.05 g; Zsír: 32.78 g; T.Zsírsav: 10.64 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 131.70 g; Cukor: 32.41 g; Só: 3.31 g	Szénhidrát: 129.44 g; Cukor: 3.03 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 110.74 g; Cukor: 2.02 g; Só: 1.44 g	Szénhidrát: 173.67 g; Cukor: 57.01 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7	1,3,7,9	1,7,9	1,3,7,9,(12)	1,7,9
	(05135) Hal-,rák-,tenger gyüm.,OMmentes	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9, (7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05140) Paradicsom- és citrusmentes	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9, (7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05145) OM,bors,csoki,gesz,tárk,kurk,szójM					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05145) OM,bors,csoki,gesz,tárk,kurk,szójM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Vanília sodóval[1,7]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,320.60 Kcal / 5,520.11 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 48.85 g; Zsír: 34.55 g; T.Zsírsav: 12.42 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 201.19 g; Cukor: 57.02 g; Só: 2.37 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,(12)	1,7,9
	(05155) Sószegény	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,152.15 Kcal / 4,815.99 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 39.65 g; Zsír: 36.99 g; T.Zsírsav: 11.45 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 162.97 g; Cukor: 61.01 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9
	(05160) Purinszegény	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Zöldség pörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Zöldségvagdalttal [1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszines gombaragu[7], Párolt rizzsel, Alma	Magyaros zöldségleves [9], Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült brokkolival [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 826.11 Kcal / 3,453.14 Kj	Energia: 900.51 Kcal / 3,764.13 Kj	Energia: 646.55 Kcal / 2,702.58 Kj	Energia: 900.97 Kcal / 3,766.05 Kj	Energia: 999.25 Kcal / 4,176.87 Kj
		Fehérje: 21.09 g; Zsír: 26.14 g; T.Zsírsav: 3.91 g	Fehérje: 18.69 g; Zsír: 22.70 g; T.Zsírsav: 3.98 g	Fehérje: 16.96 g; Zsír: 21.07 g; T.Zsírsav: 3.93 g	Fehérje: 30.21 g; Zsír: 32.85 g; T.Zsírsav: 9.98 g	Fehérje: 36.05 g; Zsír: 37.29 g; T.Zsírsav: 9.73 g
		Szénhidrát: 128.82 g; Cukor: 31.87 g; Só: 2.12 g	Szénhidrát: 152.58 g; Cukor: 3.03 g; Só: 1.76 g	Szénhidrát: 95.80 g; Cukor: 0.02 g; Só: 1.20 g	Szénhidrát: 120.48 g; Cukor: 58.01 g; Só: 3.17 g	Szénhidrát: 136.47 g; Cukor: 15.36 g; Só: 5.51 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	7,9	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05165) Zsírszegény	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Csirkepörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Csirke aprósült(10), Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Vanília sodóval[1,7]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 842.94 Kcal / 3,523.49 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 707.25 Kcal / 2,956.31 Kj	Energia: 1,320.60 Kcal / 5,520.11 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		44.27 g / 17.80 g / 3.11 g	33.86 g / 46.36 g / 10.84 g	31.33 g / 23.01 g / 3.34 g	48.85 g / 34.55 g / 12.42 g	51.24 g / 32.83 g / 9.17 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		128.70 g / 31.87 g / 2.52 g	145.02 g / 33.00 g / 2.32 g	92.50 g / 0.56 g / 1.41 g	201.19 g / 57.02 g / 2.37 g	128.62 g / 15.36 g / 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	9,(10)	1,3,7,9,(12)	1,7,9
	(05200) TOM,szój,zab,rozs,ban,fokparM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes csirkeragu[1,7], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 922.59 Kcal / 3,856.43 Kj	Energia: 933.20 Kcal / 3,900.78 Kj	Energia: 817.11 Kcal / 3,415.52 Kj	Energia: 1,278.96 Kcal / 5,346.05 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		26.14 g / 37.29 g / 10.83 g	37.50 g / 28.81 g / 5.70 g	40.08 g / 23.08 g / 4.73 g	48.96 g / 34.93 g / 12.67 g	51.24 g / 32.83 g / 9.17 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		122.07 g / 35.89 g / 1.70 g	128.83 g / 32.97 g / 1.00 g	110.60 g / 0.02 g / 1.45 g	190.14 g / 61.01 g / 2.30 g	128.62 g / 15.36 g / 4.16 g
		1,7,15,(12)	1,7	1,7,9	1,7,9,15	1,7,9
	(05205) Tojás,para,kuk,körte,dinnye,szezám	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Főtt tésztával TTM olajM , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 859.30 Kcal / 3,591.87 Kj	Energia: 933.20 Kcal / 3,900.78 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,278.96 Kcal / 5,346.05 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		25.28 g / 37.80 g / 10.83 g	37.50 g / 28.81 g / 5.70 g	37.04 g / 22.08 g / 3.58 g	48.96 g / 34.93 g / 12.67 g	51.24 g / 32.83 g / 9.17 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		106.25 g / 34.89 g / 1.48 g	128.83 g / 32.97 g / 1.00 g	101.70 g / 0.02 g / 2.44 g	190.14 g / 61.01 g / 2.30 g	128.62 g / 15.36 g / 4.16 g
		1,7,15,(12)	1,7	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9
	(05210) Tojás-,hüvely.-,szezám-,mogyoróme					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05210) Tojás-, hüvely.-,szezám-, mogyoróme	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Tejfölös burgonyafőzelék [1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 922.59 Kcal / 3,856.43 Kj	Energia: 798.07 Kcal / 3,335.93 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,129.13 Kcal / 4,719.76 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 26.14 g; Zsír: 37.29 g; T.Zsírsav: 10.83 g	Fehérje: 30.49 g; Zsír: 23.76 g; T.Zsírsav: 5.53 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 43.16 g; Zsír: 33.16 g; T.Zsírsav: 10.89 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 122.07 g; Cukor: 35.89 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 113.25 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.49 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 162.62 g; Cukor: 61.00 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,7,15,(12)	1,7	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9
	(05215) Tojás,szárnyashús,szója	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes sertésragu[1,7], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült sertés szelet, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 922.59 Kcal / 3,856.43 Kj	Energia: 933.20 Kcal / 3,900.78 Kj	Energia: 926.80 Kcal / 3,874.02 Kj	Energia: 1,278.96 Kcal / 5,346.05 Kj	Energia: 950.83 Kcal / 3,974.47 Kj
		Fehérje: 26.14 g; Zsír: 37.29 g; T.Zsírsav: 10.83 g	Fehérje: 37.50 g; Zsír: 28.81 g; T.Zsírsav: 5.70 g	Fehérje: 29.57 g; Zsír: 44.97 g; T.Zsírsav: 12.47 g	Fehérje: 48.96 g; Zsír: 34.93 g; T.Zsírsav: 12.67 g	Fehérje: 40.01 g; Zsír: 34.57 g; T.Zsírsav: 9.00 g
		Szénhidrát: 122.07 g; Cukor: 35.89 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 128.83 g; Cukor: 32.97 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 99.24 g; Cukor: 0.04 g; Só: 1.35 g	Szénhidrát: 190.14 g; Cukor: 61.01 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 126.56 g; Cukor: 15.66 g; Só: 3.68 g
		1,7,15,(12)	1,7	1,7,9	1,7,9,15	1,7,9
	(05220) Méz-, diómentes	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[1,3,7,(12)], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 1,026.42 Kcal / 4,290.44 Kj	Energia: 1,149.99 Kcal / 4,806.96 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,301.98 Kcal / 5,442.28 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 37.21 g; Zsír: 40.76 g; T.Zsírsav: 11.42 g	Fehérje: 33.86 g; Zsír: 46.36 g; T.Zsírsav: 10.84 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 45.45 g; Zsír: 38.76 g; T.Zsírsav: 13.23 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 129.88 g; Cukor: 31.89 g; Só: 2.49 g	Szénhidrát: 145.02 g; Cukor: 33.00 g; Só: 2.32 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 190.49 g; Cukor: 61.02 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,3,7,15,(12)	1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9,15,(12)	1,7,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05230) Tojás,szója,OM-,kiwi,barack,banánM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 922.59 Kcal / 3,856.43 Kj	Energia: 933.20 Kcal / 3,900.78 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,278.96 Kcal / 5,346.05 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 26.14 g; Zsír: 37.29 g; T.Zsírsav: 10.83 g	Fehérje: 37.50 g; Zsír: 28.81 g; T.Zsírsav: 5.70 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 48.96 g; Zsír: 34.93 g; T.Zsírsav: 12.67 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 122.07 g; Cukor: 35.89 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 128.83 g; Cukor: 32.97 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 190.14 g; Cukor: 61.01 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,7,15,(12)	1,7	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9
	(05235) Tojás,hal,mogyoró,pisztáciaM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 922.59 Kcal / 3,856.43 Kj	Energia: 933.20 Kcal / 3,900.78 Kj	Energia: 760.16 Kcal / 3,177.47 Kj	Energia: 1,278.96 Kcal / 5,346.05 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 26.14 g; Zsír: 37.29 g; T.Zsírsav: 10.83 g	Fehérje: 37.50 g; Zsír: 28.81 g; T.Zsírsav: 5.70 g	Fehérje: 37.04 g; Zsír: 22.08 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 48.96 g; Zsír: 34.93 g; T.Zsírsav: 12.67 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 122.07 g; Cukor: 35.89 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 128.83 g; Cukor: 32.97 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 101.70 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 190.14 g; Cukor: 61.01 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,7,15,(12)	1,7	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9
	(05245) Tojás,par,kók,must,fokh,OM	Vegyes gyümölcsleves [1,7], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes csirkeragu[1,7], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Diétás pékáruval BL-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[1,7,15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 922.59 Kcal / 3,856.43 Kj	Energia: 933.20 Kcal / 3,900.78 Kj	Energia: 817.11 Kcal / 3,415.52 Kj	Energia: 1,278.96 Kcal / 5,346.05 Kj	Energia: 987.92 Kcal / 4,129.51 Kj
		Fehérje: 26.14 g; Zsír: 37.29 g; T.Zsírsav: 10.83 g	Fehérje: 37.50 g; Zsír: 28.81 g; T.Zsírsav: 5.70 g	Fehérje: 40.08 g; Zsír: 23.08 g; T.Zsírsav: 4.73 g	Fehérje: 48.96 g; Zsír: 34.93 g; T.Zsírsav: 12.67 g	Fehérje: 51.24 g; Zsír: 32.83 g; T.Zsírsav: 9.17 g
		Szénhidrát: 122.07 g; Cukor: 35.89 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 128.83 g; Cukor: 32.97 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 110.60 g; Cukor: 0.02 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 190.14 g; Cukor: 61.01 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 128.62 g; Cukor: 15.36 g; Só: 4.16 g
		1,7,15,(12)	1,7	1,7,9	1,7,9,15	1,7,9

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(05100) Fah,méz,füst,adalek	Szendvics sonkás, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Pritamin Paprikával		
		Energia: 520.23 Kcal / 2,174.56 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 542.05 Kcal / 2,265.77 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		20.14 g	19.78 g	10.75 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	15.22 g	24.38 g	10.92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.68 g	1.08 g	3.18 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	63.68 g	1.08 g	2.32 g
		1,7						1,7			1,7			1,7		
	(05105) Margarinmentes	Szendvics sonkás, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Pritamin Paprikával		
		Energia: 520.23 Kcal / 2,174.56 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 542.05 Kcal / 2,265.77 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		20.14 g	19.78 g	10.75 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	15.22 g	24.38 g	10.92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.68 g	1.08 g	3.18 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	63.68 g	1.08 g	2.32 g
		1,7						1,7			1,7			1,7		
	(05110) OM,kók,must,szój,szilv,ban,burgM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 448.92 Kcal / 1,876.49 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 392.82 Kcal / 1,641.99 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.47 g	5.46 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.98 g	16.98 g	8.17 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	13.75 g	9.46 g	3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		61.69 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	62.40 g	1.08 g	1.41 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	61.69 g	1.08 g	2.32 g
		1						1,7			1,7			1		
	(05125) Só-,és oxalátszegény	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Baracklekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 394.25 Kcal / 1,647.97 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.95 g	5.58 g	2.15 g	9.14 g	2.18 g	1.00 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.89 g	1.08 g	2.72 g	83.00 g	22.47 g	1.41 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		1	1,(12)	1,7	1,7	1
	(05135) Hal-,rák-,tenger gyüm.,OMmentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1,7	1,7	1
	(05140) Paradicsom- és citrusmentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1,7	1,7	1
	(05145) OM,bors,csoki,gesz,tárk,kurk,szójM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 17.02 g; T.Zsírsav: 8.18 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1,7	1,7	1
	(05165) Zsírszegény	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 357.39 Kcal / 1,493.89 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 359.58 Kcal / 1,503.04 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 16.23 g; Zsír: 3.34 g; T.Zsírsav: 1.38 g	Fehérje: 11.24 g; Zsír: 16.39 g; T.Zsírsav: 9.60 g	Fehérje: 16.27 g; Zsír: 3.42 g; T.Zsírsav: 1.37 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.45 g; Cukor: 1.34 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 62.42 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.87 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g

	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	64.34 g	1.34 g	2.28 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	64.49 g	1.08 g	2.26 g
	1						1			1,7			1		
(05200) TOM,szój,zab,rozs,ban,fokparM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1,7			1,7			1		
(05205) Tojás,para,kuk,körte,dinnye,szezám	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1,7			1,7			1		
(05210) Tojás-,hüvely.-,szezám-,mogyoróme	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1,7			1,7			1		
(05215) Tojás,szárnyashús,szója	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj			Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	10.42 g	17.02 g	8.18 g	11.24 g	16.39 g	9.60 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	63.45 g	1.34 g	1.43 g	62.42 g	1.08 g	1.87 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g

	1	1,7	1,7	1
(05220) Méz-, diómentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje 17.95 g; Zsír 5.58 g; T.Zsírsav 2.15 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.72 g	Fehérje 0.55 g; Zsír 5.90 g; T.Zsírsav 2.30 g; Szénhidrát 21.75 g; Cukor 3.55 g; Só 0.50 g	Fehérje 10.42 g; Zsír 17.02 g; T.Zsírsav 8.18 g; Szénhidrát 63.45 g; Cukor 1.34 g; Só 1.43 g	Fehérje 11.24 g; Zsír 16.39 g; T.Zsírsav 9.60 g; Szénhidrát 62.42 g; Cukor 1.08 g; Só 1.87 g	Fehérje 14.23 g; Zsír 9.58 g; T.Zsírsav 3.75 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.32 g
	1	1,7	1,7	1
(05230) Tojás,szója,OM-,kiwi,barack,banánM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje 17.95 g; Zsír 5.58 g; T.Zsírsav 2.15 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.72 g	Fehérje 0.55 g; Zsír 5.90 g; T.Zsírsav 2.30 g; Szénhidrát 21.75 g; Cukor 3.55 g; Só 0.50 g	Fehérje 10.42 g; Zsír 17.02 g; T.Zsírsav 8.18 g; Szénhidrát 63.45 g; Cukor 1.34 g; Só 1.43 g	Fehérje 11.24 g; Zsír 16.39 g; T.Zsírsav 9.60 g; Szénhidrát 62.42 g; Cukor 1.08 g; Só 1.87 g	Fehérje 14.23 g; Zsír 9.58 g; T.Zsírsav 3.75 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.32 g
	1	1,7	1,7	1
(05235) Tojás,hal,mogyoró,pisztáciaM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje 17.95 g; Zsír 5.58 g; T.Zsírsav 2.15 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.72 g	Fehérje 0.55 g; Zsír 5.90 g; T.Zsírsav 2.30 g; Szénhidrát 21.75 g; Cukor 3.55 g; Só 0.50 g	Fehérje 10.42 g; Zsír 17.02 g; T.Zsírsav 8.18 g; Szénhidrát 63.45 g; Cukor 1.34 g; Só 1.43 g	Fehérje 11.24 g; Zsír 16.39 g; T.Zsírsav 9.60 g; Szénhidrát 62.42 g; Cukor 1.08 g; Só 1.87 g	Fehérje 14.23 g; Zsír 9.58 g; T.Zsírsav 3.75 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.32 g
	1	1,7	1,7	1
(05245) Tojás,par,kók,must,fokh,OM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 454.57 Kcal / 1,900.10 Kj	Energia: 448.98 Kcal / 1,876.74 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje 17.95 g; Zsír 5.58 g; T.Zsírsav 2.15 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.72 g	Fehérje 0.55 g; Zsír 5.90 g; T.Zsírsav 2.30 g; Szénhidrát 21.75 g; Cukor 3.55 g; Só 0.50 g	Fehérje 10.42 g; Zsír 17.02 g; T.Zsírsav 8.18 g; Szénhidrát 63.45 g; Cukor 1.34 g; Só 1.43 g	Fehérje 11.24 g; Zsír 16.39 g; T.Zsírsav 9.60 g; Szénhidrát 62.42 g; Cukor 1.08 g; Só 1.87 g	Fehérje 14.23 g; Zsír 9.58 g; T.Zsírsav 3.75 g; Szénhidrát 62.89 g; Cukor 1.08 g; Só 2.32 g
	1	1,7	1,7	1

Vacsora	**(05230) Tojás,szója,OM-,kiwi,barack,banánM**	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Almalé 100%, Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu [1,7,10,(12)], Főtt tésztával		
		Energia: 651.50 Kcal / 2,723.27 Kj			Energia: 763.84 Kcal / 3,192.85 Kj			Energia: 510.00 Kcal / 2,131.80 Kj			Energia: 484.73 Kcal / 2,026.17 Kj			Energia: 613.50 Kcal / 2,564.43 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		31.47 g	34.52 g	10.71 g	40.51 g	42.57 g	11.91 g	21.72 g	15.10 g	5.81 g	30.28 g	21.11 g	10.57 g	35.06 g	16.61 g	2.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		53.94 g	3.00 g	3.34 g	52.86 g	0.40 g	2.42 g	70.36 g	10.93 g	3.71 g	43.14 g	3.03 g	4.77 g	80.06 g	11.05 g	1.51 g
		1,7			1,7			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,7			1,7,10,(12)		

.....

Élelmezésvezető

Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(05300) Tej és rozslisztmentes	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Pulykamell sonkás, Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 438.81 Kcal / 1,834.23 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 462.21 Kcal / 1,932.04 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 16.22 g; Zsír: 11.70 g; T.Zsírsav: 9.21 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 3.56 g; T.Zsírsav: 1.61 g	Fehérje: 16.92 g; Zsír: 11.99 g; T.Zsírsav: 9.24 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 65.88 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 61.62 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 70.70 g; Cukor: 4.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1	1	1,4	1	1
	(05310) Tej,OM,cm,szój,ban,bar,marha	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Pulykamell sonkás, Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 438.81 Kcal / 1,834.23 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 462.21 Kcal / 1,932.04 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 16.22 g; Zsír: 11.70 g; T.Zsírsav: 9.21 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 3.56 g; T.Zsírsav: 1.61 g	Fehérje: 16.92 g; Zsír: 11.99 g; T.Zsírsav: 9.24 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 65.88 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 61.62 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 70.70 g; Cukor: 4.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1	1	1,4	1	1
	(05395) Tej,szója,kukorica,sztjkeny,mogy.M	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Pulykamell sonkás, Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 351.74 Kcal / 1,470.27 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 391.80 Kcal / 1,637.72 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 15.79 g; Zsír: 3.30 g; T.Zsírsav: 1.37 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 3.56 g; T.Zsírsav: 1.61 g	Fehérje: 16.65 g; Zsír: 5.54 g; T.Zsírsav: 2.06 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 63.29 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 61.62 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 68.55 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.27 g	Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1	1	1,4	1	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(05300) Tej és rozslisztmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj	Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 25.10 g; Zsír: 24.83 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 99.35 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.55 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 73.00 g; Cukor: 11.55 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g; Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1,3	1	1	1,(12)
	(05310) Tej,OM,cm,szój,ban,bar,marha	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Áfonyalekváros (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 511.66 Kcal / 2,138.74 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 72.98 g; Cukor: 11.54 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g; Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 9.20 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 104.63 g; Cukor: 32.42 g; Só: 1.42 g
		1	1,3	1	1	1,(12)
	(05315) TM,szójcitr.,kókzabOM,ban,marh,par	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 587.75 Kcal / 2,456.80 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 412.69 Kcal / 1,725.04 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 24.23 g; Zsír: 26.48 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 62.43 g; Cukor: 9.99 g; Só: 1.39 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 72.98 g; Cukor: 11.54 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.02 g; Zsír: 7.10 g; T.Zsírsav: 5.69 g; Szénhidrát: 75.79 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.81 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1,10,(12)	1,3	1	1	1,(12)
	(05320) TM,OM,OLAJM.	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás kókusztej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Kókusztej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 727.52 Kcal / 3,041.03 Kj	Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj	Energia: 467.91 Kcal / 1,955.86 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 435.54 Kcal / 1,820.56 Kj

Fehérje 25.10 g Zsír 24.83 g T.Zsírsav 9.39 g Szénhidrát 99.35 g Cukor 17.20 g Só 1.55 g	Fehérje 20.39 g Zsír 12.02 g T.Zsírsav 4.30 g Szénhidrát 73.00 g Cukor 11.55 g Só 1.77 g	Fehérje 9.29 g Zsír 4.88 g T.Zsírsav 1.00 g Szénhidrát 94.69 g Cukor 30.14 g Só 1.76 g	Fehérje 10.31 g Zsír 7.16 g T.Zsírsav 5.71 g Szénhidrát 77.26 g Cukor 11.08 g Só 1.82 g	Fehérje 9.68 g Zsír 4.88 g T.Zsírsav 1.00 g Szénhidrát 85.91 g Cukor 21.36 g Só 1.78 g
1	1,3	1	1	1,(12)
(05325) TM, OM,mogyoró, húsM	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel, Banán	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 593.96 Kcal / 2,482.75 Kj Fehérje 11.48 g Zsír 10.75 g T.Zsírsav 8.84 g Szénhidrát 110.66 g Cukor 11.08 g Só 2.12 g	Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj Fehérje 20.39 g Zsír 12.02 g T.Zsírsav 4.30 g Szénhidrát 73.00 g Cukor 11.55 g Só 1.77 g	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj Fehérje 9.08 g Zsír 5.04 g T.Zsírsav 1.35 g Szénhidrát 110.26 g Cukor 38.04 g Só 1.41 g	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj Fehérje 10.31 g Zsír 7.16 g T.Zsírsav 5.71 g Szénhidrát 77.26 g Cukor 11.08 g Só 1.82 g	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj Fehérje 9.47 g Zsír 5.04 g T.Zsírsav 1.35 g Szénhidrát 101.48 g Cukor 29.27 g Só 1.43 g
	1	1,3	1	1	1,(12)
(05330) Tej,szój,zab,cm, par,fok,kápOM,zell	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Áfonyalekváros (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 587.75 Kcal / 2,456.80 Kj Fehérje 24.23 g Zsír 26.48 g T.Zsírsav 9.39 g Szénhidrát 62.43 g Cukor 9.99 g Só 1.39 g	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj Fehérje 20.39 g Zsír 12.02 g T.Zsírsav 4.30 g Szénhidrát 72.98 g Cukor 11.54 g Só 1.77 g	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj Fehérje 9.08 g Zsír 5.04 g T.Zsírsav 1.35 g Szénhidrát 110.26 g Cukor 38.04 g Só 1.41 g	Energia: 412.69 Kcal / 1,725.04 Kj Fehérje 10.02 g Zsír 7.10 g T.Zsírsav 5.69 g Szénhidrát 75.79 g Cukor 11.07 g Só 1.81 g	Energia: 511.66 Kcal / 2,138.74 Kj Fehérje 9.20 g Zsír 5.04 g T.Zsírsav 1.35 g Szénhidrát 104.63 g Cukor 32.42 g Só 1.42 g
	1,10,(12)	1,3	1	1	1,(12)
(05335) Tejmentes, sószegény	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj Fehérje 23.15 g Zsír 24.68 g T.Zsírsav 9.39 g Szénhidrát 63.05 g Cukor 17.20 g Só 1.47 g	Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj Fehérje 20.39 g Zsír 12.02 g T.Zsírsav 4.30 g Szénhidrát 73.00 g Cukor 11.55 g Só 1.77 g	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj Fehérje 9.08 g Zsír 5.04 g T.Zsírsav 1.35 g Szénhidrát 110.26 g Cukor 38.04 g Só 1.41 g	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj Fehérje 10.31 g Zsír 7.16 g T.Zsírsav 5.71 g Szénhidrát 77.26 g Cukor 11.08 g Só 1.82 g	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj Fehérje 9.47 g Zsír 5.04 g T.Zsírsav 1.35 g Szénhidrát 101.48 g Cukor 29.27 g Só 1.43 g
	1	1,3	1	1	1,(12)
(05340) Tej,hal,körte,citr	Csipkebogyó tea citrom	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL	Karamellás rizstej, Diétás	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes,	Rizstej, Szilvalekvár

us,szójaM	nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	pékáru BL[1], Liga margarinnal	Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
	Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 72.98 g; Cukor: 11.54 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g; Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
	1	1,3	1	1	1,(12)
(05345) Tej- és kakaómentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj	Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
	Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 63.05 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.47 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 73.00 g; Cukor: 11.55 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g; Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
	1	1,3	1	1	1,(12)
(05355) Tej,kókusz,citr,OM-,fahéj,marhaM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 587.75 Kcal / 2,456.80 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
	Fehérje: 24.23 g; Zsír: 26.48 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 62.43 g; Cukor: 9.99 g; Só: 1.39 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 72.98 g; Cukor: 11.54 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g; Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
	1,10,(12)	1,3	1	1	1,(12)
(05360) TM,OM,hüv,bels, citr,szőlő,szój	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
	Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 72.98 g; Cukor: 11.54 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g; Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g

	1	1,3	1	1	1,(12)
(05365) TM,szój,OM,borsó,par,hal,marhaM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 587.75 Kcal / 2,456.80 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 412.69 Kcal / 1,725.04 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
	Fehérje: 24.23 g; Zsír: 26.48 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 62.43 g; Cukor: 9.99 g; Só: 1.39 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 72.98 g; Cukor: 11.54 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.02 g; Zsír: 7.10 g; T.Zsírsav: 5.69 g; Szénhidrát: 75.79 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.81 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
	1,10,(12)	1,3	1	1	1,(12)
(05370) TOM,cm,paradicsom,fruktózM	Zöld tea , Hot-dog[1], Mustárral[10,(12)]	Zöld tea , Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával [3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Rizstej, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Zöld tea , Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
	Energia: 548.37 Kcal / 2,292.19 Kj	Energia: 477.11 Kcal / 1,994.32 Kj	Energia: 432.88 Kcal / 1,809.44 Kj	Energia: 373.31 Kcal / 1,560.44 Kj	Energia: 496.95 Kcal / 2,077.25 Kj
	Fehérje: 24.36 g; Zsír: 26.51 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 52.44 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.39 g	Fehérje: 20.52 g; Zsír: 12.05 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 62.99 g; Cukor: 1.55 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 85.28 g; Cukor: 13.07 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.15 g; Zsír: 7.13 g; T.Zsírsav: 5.69 g; Szénhidrát: 65.80 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.81 g	Fehérje: 17.56 g; Zsír: 8.32 g; T.Zsírsav: 2.50 g; Szénhidrát: 85.36 g; Cukor: 13.07 g; Só: 2.72 g
	1,10,(12)	1,3	1	1	1
(05375) Tej,citr,zeller,fah,OM,köles	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Áfonyalekváros (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 511.66 Kcal / 2,138.74 Kj
	Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g; Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g; Szénhidrát: 72.98 g; Cukor: 11.54 g; Só: 1.77 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g; Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 9.20 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g; Szénhidrát: 104.63 g; Cukor: 32.42 g; Só: 1.42 g
	1	1,3	1	1	1,(12)
(05385) TM, szój,must,hüvely,bels,OM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
	Energia: 580.40 Kcal / 2,426.07 Kj	Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
	Fehérje: 23.36 g; Zsír: 24.72 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 12.02 g; T.Zsírsav: 4.30 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g

	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	65.43 g	19.59 g	1.68 g	72.98 g	11.54 g	1.77 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	77.24 g	11.07 g	1.82 g	101.48 g	29.27 g	1.43 g
	1			1,3			1			1			1,(12)		
(05390) Tej, alma-, padlizsán,majonézM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Cukkinikrém TM, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj			Energia: 401.42 Kcal / 1,677.94 Kj			Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	23.15 g	24.68 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	9.90 g	5.94 g	4.66 g	9.47 g	5.04 g	1.35 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	63.05 g	17.20 g	1.47 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	75.57 g	11.08 g	2.22 g	101.48 g	29.27 g	1.43 g
	1			1,3			1			1			1,(12)		
(05395) Tej,szója,kukorica,sztjkeny,mogy.M	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	23.15 g	24.68 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	9.47 g	5.04 g	1.35 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	63.05 g	17.20 g	1.47 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	101.48 g	29.27 g	1.43 g
	1			1,3			1			1			1,(12)		
(05400) Tej-,fruktóz-,édesítőszermentes	Zöld tea , Hot-dog[1], Salátalevéllel			Zöld tea , Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával [3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Rizstej, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal			Zöld tea , Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Rizstej, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 579.67 Kcal / 2,423.02 Kj			Energia: 477.11 Kcal / 1,994.32 Kj			Energia: 432.88 Kcal / 1,809.44 Kj			Energia: 373.31 Kcal / 1,560.44 Kj			Energia: 477.09 Kcal / 1,994.24 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	22.76 g	24.61 g	9.39 g	20.52 g	12.05 g	4.30 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	10.15 g	7.13 g	5.69 g	15.88 g	6.16 g	1.72 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	65.99 g	19.99 g	0.82 g	62.99 g	1.55 g	1.77 g	85.28 g	13.07 g	1.41 g	65.80 g	1.08 g	1.81 g	86.96 g	13.07 g	2.26 g
	1			1,3			1			1			1		
(05405) Tej-, körte- és marhahúsmente	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
	Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj		

	S	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.15 g	24.68 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	9.47 g	5.04 g	1.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.05 g	17.20 g	1.47 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	101.48 g	29.27 g	1.43 g
		1			1,3			1			1			1,(12)		
	(05410) Tej,szója,citrus,hüv,par,marh,OM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Mustárral[10,(12)]			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 587.75 Kcal / 2,456.80 Kj			Energia: 516.49 Kcal / 2,158.93 Kj			Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj			Energia: 412.69 Kcal / 1,725.04 Kj			Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24.23 g	26.48 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	10.02 g	7.10 g	5.69 g	9.47 g	5.04 g	1.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.43 g	9.99 g	1.39 g	72.98 g	11.54 g	1.77 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	75.79 g	11.07 g	1.81 g	101.48 g	29.27 g	1.43 g
		1,10,(12)			1,3			1			1			1,(12)		
	(05415) TM,szója,parad., paprika	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Salátalevéllel, Banán			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 696.20 Kcal / 2,910.12 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj			Energia: 413.21 Kcal / 1,727.22 Kj			Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24.58 g	24.73 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	10.02 g	7.10 g	5.69 g	9.47 g	5.04 g	1.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		92.30 g	10.00 g	0.90 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	75.81 g	11.08 g	1.81 g	101.48 g	29.27 g	1.43 g
		1			1,3			1			1			1,(12)		
	(05420) Tej- és élesztőmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Diétás pékáru BL[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj			Energia: 517.01 Kcal / 2,161.10 Kj			Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.15 g	24.68 g	9.39 g	20.39 g	12.02 g	4.30 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	9.47 g	5.04 g	1.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.05 g	17.20 g	1.47 g	73.00 g	11.55 g	1.77 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	101.48 g	29.27 g	1.43 g
		1			1,3			1			1			1,(12)		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05300) Tej és rozslisztmentes	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05310) Tej,OM,cm,szój,ban,bar,marha	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05315) TM,szójcitr.,kókzabOM,ban,marh,par	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Kölesfelfújt[3], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Besamell TTGM, Roston sült csirkemell(10), Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,491.57 Kcal / 6,234.76 Kj	Energia: 1,396.99 Kcal / 5,839.42 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 29.66 g; Zsír: 41.83 g; T.Zsírsav: 13.72 g	Fehérje: 53.33 g; Zsír: 39.14 g; T.Zsírsav: 7.01 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 245.95 g; Cukor: 69.74 g; Só: 3.76 g	Szénhidrát: 217.50 g; Cukor: 18.73 g; Só: 4.60 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	3	1,9,(10)
	(05320) TM,OM,OLAJM.					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05320) TM,OM,OLAJM.	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05325) TM, OM,mogyoró, húsM	Vegyes gyümölcsleves, Zöldség pörkölt[9], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Zöldségvagdalttal[3], Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Növényi tejszines gombaragu, Párolt rizzsel, Alma	Babgulyás csirke combfiléből[1,9], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült brokkolival, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 702.88 Kcal / 2,938.04 Kj	Energia: 745.99 Kcal / 3,118.24 Kj	Energia: 634.30 Kcal / 2,651.37 Kj	Energia: 891.96 Kcal / 3,728.39 Kj	Energia: 913.00 Kcal / 3,816.34 Kj
		Fehérje: 16.76 g; Zsír: 25.14 g; T.Zsírsav: 3.01 g	Fehérje: 22.31 g; Zsír: 16.49 g; T.Zsírsav: 2.31 g	Fehérje: 16.57 g; Zsír: 19.99 g; T.Zsírsav: 2.28 g	Fehérje: 30.55 g; Zsír: 19.97 g; T.Zsírsav: 3.25 g	Fehérje: 26.24 g; Zsír: 31.39 g; T.Zsírsav: 7.15 g
		Szénhidrát: 104.90 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.28 g	Szénhidrát: 124.82 g; Cukor: 11.44 g; Só: 5.53 g	Szénhidrát: 95.63 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.81 g	Szénhidrát: 144.93 g; Cukor: 16.90 g; Só: 2.43 g	Szénhidrát: 137.78 g; Cukor: 18.55 g; Só: 5.37 g
		1,3,9,15,(12)	1,3	9	1,9,15	1,9
	(05330) Tej,szój,zab,cm, par,fok,kápOM,zell	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves, Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Vegyes zöldségkrémleves TMGM [9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Céklasalátával[15,(12)]
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.55 Kcal / 3,087.14 Kj	Energia: 879.36 Kcal / 3,675.72 Kj	Energia: 823.88 Kcal / 3,443.82 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.64 g; Zsír: 20.28 g; T.Zsírsav: 2.39 g	Fehérje: 23.34 g; Zsír: 22.57 g; T.Zsírsav: 4.67 g	Fehérje: 31.89 g; Zsír: 21.77 g; T.Zsírsav: 2.75 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 100.86 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.01 g	Szénhidrát: 143.11 g; Cukor: 16.89 g; Só: 1.37 g	Szénhidrát: 132.58 g; Cukor: 6.38 g; Só: 1.32 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,10,(12)	1,15	1,9,15,(12)
	(05335) Tejmentes, sószegény					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05335) Tejmentes, sószegény	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05340) Tej,hal,körte,citrus,szójaM	Meggyleves[15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Körte	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 880.59 Kcal / 3,680.87 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 765.76 Kcal / 3,200.88 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 880.29 Kcal / 3,679.61 Kj
		Fehérje: 46.75 g; Zsír: 28.92 g; T.Zsírsav: 6.06 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 19.93 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.53 g; Zsír: 17.57 g; T.Zsírsav: 2.28 g
		Szénhidrát: 106.20 g; Cukor: 6.50 g; Só: 2.08 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 108.71 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 154.17 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.13 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05345) Tej- és kakaómentes	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Vanília sodóval[1]	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 939.76 Kcal / 3,928.20 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 24.68 g; Zsír: 32.99 g; T.Zsírsav: 11.06 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 134.42 g; Cukor: 10.89 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	1,15	1,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05350) Tej-, naraforgóolajM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Kukoricagaluska-leves [3,9], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Hamis gulyásleves[1,9], Diétás pékáruval BL-E, Zöldfűszeres Csirkemell (10), Tört burgonyával	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Magyaros sertésszelet, Petrezselymes rizzsel, Házi káposztasalátával
		Energia: 912.94 Kcal / 3,816.09 Kj	Energia: 933.88 Kcal / 3,903.62 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 811.47 Kcal / 3,391.94 Kj	Energia: 886.05 Kcal / 3,703.69 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		45.22 g / 29.25 g / 6.12 g	32.01 g / 38.00 g / 8.97 g	36.62 g / 20.08 g / 2.37 g	35.88 g / 19.06 g / 2.63 g	34.27 g / 32.14 g / 5.64 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		117.90 g / 20.89 g / 1.36 g	112.28 g / 10.99 g / 1.64 g	101.21 g / 0.02 g / 2.42 g	121.86 g / 3.56 g / 2.78 g	115.51 g / 14.99 g / 3.06 g
		1,3,15,(12)	1,3,9	1,9,10,(12)	1,9,(10)	1,9
	(05355) Tej,kókusz,citr,OM-,fahéj,marhaM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Kölesfelfújt[3], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Besamell TTGM, Roston sült csirkemell(10), Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,491.57 Kcal / 6,234.76 Kj	Energia: 1,396.99 Kcal / 5,839.42 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		45.99 g / 28.49 g / 6.05 g	32.77 g / 34.34 g / 8.77 g	36.62 g / 20.08 g / 2.37 g	29.66 g / 41.83 g / 13.72 g	53.33 g / 39.14 g / 7.01 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		121.71 g / 20.89 g / 1.68 g	112.37 g / 10.99 g / 1.45 g	101.21 g / 0.02 g / 2.42 g	245.95 g / 69.74 g / 3.76 g	217.50 g / 18.73 g / 4.60 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	3	1,9,(10)
	(05360) TM,OM,hüv,bels,citr,szőlő,szój	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Burgonyafőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 1,094.13 Kcal / 4,573.46 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 846.44 Kcal / 3,538.12 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		45.99 g / 28.49 g / 6.05 g	29.88 g / 40.94 g / 9.64 g	36.62 g / 20.08 g / 2.37 g	18.32 g / 33.04 g / 7.59 g	33.79 g / 22.33 g / 2.82 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		121.71 g / 20.89 g / 1.68 g	146.75 g / 3.00 g / 1.25 g	101.21 g / 0.02 g / 2.42 g	117.61 g / 16.94 g / 2.27 g	157.61 g / 15.47 g / 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05365) TM,szój,OM,borsó,par,hal,marhaM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Burgonyafőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 1,094.13 Kcal / 4,573.46 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 846.44 Kcal / 3,538.12 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g; Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Fehérje: 29.88 g; Zsír: 40.94 g; T.Zsírsav: 9.64 g; Szénhidrát: 146.75 g; Cukor: 3.00 g; Só: 1.25 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g; Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Fehérje: 18.32 g; Zsír: 33.04 g; T.Zsírsav: 7.59 g; Szénhidrát: 117.61 g; Cukor: 16.94 g; Só: 2.27 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g; Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05370) TOM,cm,paradicsom,fruktózM	Zöldségleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Burgonyafőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Corn and Joy - sós	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Vanília sodóval TM édesítőszerrel[1,15]	Zellerkrémleves[9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 869.66 Kcal / 3,635.18 Kj	Energia: 1,094.13 Kcal / 4,573.46 Kj	Energia: 794.70 Kcal / 3,321.85 Kj	Energia: 739.65 Kcal / 3,091.74 Kj	Energia: 854.06 Kcal / 3,569.97 Kj
		Fehérje: 46.67 g; Zsír: 32.99 g; T.Zsírsav: 6.55 g; Szénhidrát: 94.99 g; Cukor: 5.90 g; Só: 1.82 g	Fehérje: 29.88 g; Zsír: 40.94 g; T.Zsírsav: 9.64 g; Szénhidrát: 146.75 g; Cukor: 3.00 g; Só: 1.25 g	Fehérje: 56.38 g; Zsír: 20.19 g; T.Zsírsav: 2.47 g; Szénhidrát: 112.60 g; Cukor: 0.42 g; Só: 2.55 g	Fehérje: 16.11 g; Zsír: 27.56 g; T.Zsírsav: 5.81 g; Szénhidrát: 105.61 g; Cukor: 6.85 g; Só: 2.30 g	Fehérje: 33.25 g; Zsír: 20.38 g; T.Zsírsav: 2.67 g; Szénhidrát: 141.79 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.04 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	1,9,15	1,9,15
	(05375) Tej,citr,zeller,fah,OM,köles	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves, Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Vegyes zöldségkrémleves TMGM [9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.55 Kcal / 3,087.14 Kj	Energia: 879.36 Kcal / 3,675.72 Kj	Energia: 889.76 Kcal / 3,719.20 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g; Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g; Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Fehérje: 36.64 g; Zsír: 20.28 g; T.Zsírsav: 2.39 g; Szénhidrát: 100.86 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.01 g	Fehérje: 23.34 g; Zsír: 22.57 g; T.Zsírsav: 4.67 g; Szénhidrát: 143.11 g; Cukor: 16.89 g; Só: 1.37 g	Fehérje: 32.38 g; Zsír: 21.97 g; T.Zsírsav: 2.78 g; Szénhidrát: 148.06 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.35 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,10,(12)	1,15	1,9
	(05385) TM,szój,must,hüvely,bels,OM					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05385) TM, szój,must,hüvely,bels,OM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Burgonyafőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Csirkeragu[1,(3,6,7,9,10)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.68 Kcal / 3,865.16 Kj	Energia: 1,094.13 Kcal / 4,573.46 Kj	Energia: 749.72 Kcal / 3,133.83 Kj	Energia: 846.44 Kcal / 3,538.12 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.98 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 29.88 g; Zsír: 40.94 g; T.Zsírsav: 9.64 g	Fehérje: 35.78 g; Zsír: 25.01 g; T.Zsírsav: 3.72 g	Fehérje: 18.32 g; Zsír: 33.04 g; T.Zsírsav: 7.59 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 14.99 g; Só: 1.92 g	Szénhidrát: 146.75 g; Cukor: 3.00 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 94.12 g; Cukor: 0.56 g; Só: 1.95 g	Szénhidrát: 117.61 g; Cukor: 16.94 g; Só: 2.27 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3	1,3	1,9,(3),(6),(7),(10)	15	1,9
	(05390) Tej, alma-, padlizsán,majonézM	Meggyleves[15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Körte	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 880.59 Kcal / 3,680.87 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 765.76 Kcal / 3,200.88 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 910.45 Kcal / 3,805.68 Kj
		Fehérje: 46.75 g; Zsír: 28.92 g; T.Zsírsav: 6.06 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 19.93 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.53 g; Zsír: 20.88 g; T.Zsírsav: 8.70 g
		Szénhidrát: 106.20 g; Cukor: 6.50 g; Só: 2.08 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 108.71 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 154.22 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.13 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05395) Tej,szója,kukorica,sztjkeny,mogy.M	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05400) Tej-,fruktóz-,édesítőszermentes	Zöldségleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Burgonyafőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Növényi tejszines gombás sertésragu, Párolt rizzsel, Corn and Joy - sós	Hamis gulyásleves[1,9], Diétás pékáruval BL-E, Zöldfűszeres Csirkemell (10), Tört burgonyával	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 874.76 Kcal / 3,656.50 Kj	Energia: 1,094.13 Kcal / 4,573.46 Kj	Energia: 818.39 Kcal / 3,420.87 Kj	Energia: 811.47 Kcal / 3,391.94 Kj	Energia: 880.29 Kcal / 3,679.61 Kj
		Fehérje: 46.79 g; Zsír: 33.02 g; T.Zsírsav: 6.56 g	Fehérje: 29.88 g; Zsír: 40.94 g; T.Zsírsav: 9.64 g	Fehérje: 54.89 g; Zsír: 26.03 g; T.Zsírsav: 4.99 g	Fehérje: 35.88 g; Zsír: 19.06 g; T.Zsírsav: 2.63 g	Fehérje: 33.53 g; Zsír: 17.57 g; T.Zsírsav: 2.28 g
		Szénhidrát: 96.02 g; Cukor: 5.90 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 146.75 g; Cukor: 3.00 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 106.83 g; Cukor: 0.42 g; Só: 1.46 g	Szénhidrát: 121.86 g; Cukor: 3.56 g; Só: 2.78 g	Szénhidrát: 154.17 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.13 g
		1,3,15,(12)	1,3	9	1,9,(10)	1,9
	(05405) Tej-, körte- és marhahúsmentes	Meggyleves[15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 880.59 Kcal / 3,680.87 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 46.75 g; Zsír: 28.92 g; T.Zsírsav: 6.06 g	Fehérje: 32.77 g; Zsír: 34.34 g; T.Zsírsav: 8.77 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 106.20 g; Cukor: 6.50 g; Só: 2.08 g	Szénhidrát: 112.37 g; Cukor: 10.99 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05410) Tej,szója,citrus,hüv,par,marh,OM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Burgonyafőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 1,094.13 Kcal / 4,573.46 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 846.44 Kcal / 3,538.12 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 45.99 g; Zsír: 28.49 g; T.Zsírsav: 6.05 g	Fehérje: 29.88 g; Zsír: 40.94 g; T.Zsírsav: 9.64 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 18.32 g; Zsír: 33.04 g; T.Zsírsav: 7.59 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 121.71 g; Cukor: 20.89 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 146.75 g; Cukor: 3.00 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 117.61 g; Cukor: 16.94 g; Só: 2.27 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	**(05415) TM,szója,parad., paprika**	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		45.99 g / 28.49 g / 6.05 g	32.77 g / 34.34 g / 8.77 g	36.62 g / 20.08 g / 2.37 g	23.64 g / 33.74 g / 11.14 g	33.79 g / 22.33 g / 2.82 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		121.71 g / 20.89 g / 1.68 g	112.37 g / 10.99 g / 1.45 g	101.21 g / 0.02 g / 2.42 g	144.40 g / 16.99 g / 3.35 g	157.61 g / 15.47 g / 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05420) Tej- és élesztőmentes	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel [1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 924.53 Kcal / 3,864.54 Kj	Energia: 905.73 Kcal / 3,785.95 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		45.99 g / 28.49 g / 6.05 g	32.77 g / 34.34 g / 8.77 g	36.62 g / 20.08 g / 2.37 g	23.64 g / 33.74 g / 11.14 g	33.79 g / 22.33 g / 2.82 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		121.71 g / 20.89 g / 1.68 g	112.37 g / 10.99 g / 1.45 g	101.21 g / 0.02 g / 2.42 g	144.40 g / 16.99 g / 3.35 g	157.61 g / 15.47 g / 1.90 g
		1,3,15,(12)	1,3	1,9,10,(12)	15	1,9
Uzsonna	**(05300) Tej és rozslisztmentes**	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		17.95 g / 5.58 g / 2.15 g	0.55 g / 5.90 g / 2.30 g	9.93 g / 10.64 g / 8.85 g	9.42 g / 10.58 g / 8.84 g	14.23 g / 9.58 g / 3.75 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		62.89 g / 1.08 g / 2.72 g	21.75 g / 3.55 g / 0.50 g	65.57 g / 1.34 g / 2.06 g	64.20 g / 1.08 g / 2.04 g	62.89 g / 1.08 g / 2.32 g
		1		1	1	1

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(05310) Tej,OM,cm,szój,ban,bar,marha	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
		1						1			1			1		
	(05315) TM,szójcitr.,kókzabOM,ban,marh,par	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj			Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	9.66 g	4.19 g	1.67 g	9.04 g	2.61 g	1.20 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	63.42 g	1.34 g	2.44 g	61.73 g	1.08 g	1.41 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
		1						1			1			1		
	(05320) TM,OM,OLAJM.	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
		1						1			1			1		
	(05325) TM, OM,mogyoró, húsM	Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Violife növényi sajt szelettel, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sárgarépás növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1], Pritamin Paprikával		
		Energia: 402.50 Kcal / 1,682.45 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 395.11 Kcal / 1,651.56 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		9.51 g	9.23 g	7.04 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	9.88 g	9.47 g	7.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		68.87 g	1.62 g	2.09 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	66.27 g	1.17 g	2.40 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		1		1	1	1
	(05330) Tej,szój,zab,cm,par,fok,kápOM,zell	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1	1	1
	(05335) Tejmentes, sószegény	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1	1	1
	(05340) Tej,hal,körte,citrus,szójaM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1	1	1
	(05345) Tej- és kakaómentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g

	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1			1			1		
(05355) Tej,kókusz,citr,OM-,fahéj,marhaM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj			Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	9.66 g	4.19 g	1.67 g	9.04 g	2.61 g	1.20 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	63.42 g	1.34 g	2.44 g	61.73 g	1.08 g	1.41 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1			1			1		
(05360) TM,OM,hüv,bels,citr,szőlő,szój	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj			Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	9.66 g	4.19 g	1.67 g	9.04 g	2.61 g	1.20 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	63.42 g	1.34 g	2.44 g	61.73 g	1.08 g	1.41 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1			1			1		
(05365) TM,szój,OM,borsó,par,hal,marhaM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 330.60 Kcal / 1,381.91 Kj			Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	9.62 g	4.19 g	1.96 g	9.04 g	2.61 g	1.20 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	63.05 g	1.25 g	2.43 g	61.73 g	1.08 g	1.41 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1			1			1		
(05370) TOM,cm,paradicsom,fruktózM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g

	1	1	1	1
(05375) Tej,citr,zeller,fah, OM,köles	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g; Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g; Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g; Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1
(05385) TM, szój,must,hüvely ,bels,OM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g; Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g; Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Fehérje: 9.04 g; Zsír: 2.61 g; T.Zsírsav: 1.20 g; Szénhidrát: 61.73 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1
(05390) Tej, alma-, padlizsán,majonézM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g; Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g; Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g; Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1
(05395) Tej,szója,kukoricа,sztjkeny,mogy. M	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g; Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g; Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Fehérje: 9.04 g; Zsír: 2.61 g; T.Zsírsav: 1.20 g; Szénhidrát: 61.73 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1

(05400) Tej-,fruktóz-,édesítőszermentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 358.28 Kcal / 1,497.61 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 11.82 g; Zsír: 6.48 g; T.Zsírsav: 2.59 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 61.77 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.63 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1	1
(05405) Tej-, körte- és marhahúsmentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1	
(05410) Tej,szója,citrus,hüv,par,marh,OM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g	Fehérje: 9.04 g; Zsír: 2.61 g; T.Zsírsav: 1.20 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 61.73 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1	
(05415) TM,szója,parad., paprika	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Áfonyás háromszög	Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával
	Energia: 376.30 Kcal / 1,572.93 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 400.25 Kcal / 1,673.05 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 397.52 Kcal / 1,661.63 Kj
	Fehérje: 17.87 g; Zsír: 5.50 g; T.Zsírsav: 2.45 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.86 g; Zsír: 10.62 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.15 g; Zsír: 9.50 g; T.Zsírsav: 4.05 g
	Szénhidrát: 62.37 g; Cukor: 1.25 g; Só: 2.73 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.25 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.37 g; Cukor: 1.25 g; Só: 2.33 g
	1	1	1	1	

	(05420) Tej- és élesztőmentes	Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Álom sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 359.58 Kcal / 1,503.04 Kj	Energia: 358.28 Kcal / 1,497.61 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj
		Fehérje: 16.27 g; Zsír: 3.42 g; T.Zsírsav: 1.37 g; Szénhidrát: 64.49 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.26 g	Fehérje: 11.82 g; Zsír: 6.48 g; T.Zsírsav: 2.59 g; Szénhidrát: 61.77 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.63 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g; Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g; Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1	1	1	1	1
Vacsora	**(05300) Tej és rozslisztmentes**	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1], Tört burgonyával	Almalé 100%, Hamburger	Ásványvíz, Pizzaszelet [1]	Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[10, (12)], Szarvacska tésztával[1,3]
		Energia: 438.69 Kcal / 1,833.72 Kj	Energia: 705.48 Kcal / 2,948.91 Kj	Energia: 309.70 Kcal / 1,294.55 Kj	Energia: 587.76 Kcal / 2,456.84 Kj	Energia: 655.65 Kcal / 2,740.62 Kj
		Fehérje: 26.09 g; Zsír: 20.29 g; T.Zsírsav: 6.94 g; Szénhidrát: 40.14 g; Cukor: 3.00 g; Só: 3.17 g	Fehérje: 36.32 g; Zsír: 35.82 g; T.Zsírsav: 11.16 g; Szénhidrát: 57.80 g; Cukor: 0.45 g; Só: 4.72 g	Fehérje: 14.73 g; Zsír: 8.60 g; T.Zsírsav: 2.96 g; Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 9.40 g; Só: 2.79 g	Fehérje: 15.59 g; Zsír: 21.88 g; T.Zsírsav: 7.51 g; Szénhidrát: 81.52 g; Cukor: 0.90 g; Só: 3.09 g	Fehérje: 38.92 g; Zsír: 19.36 g; T.Zsírsav: 3.21 g; Szénhidrát: 81.10 g; Cukor: 7.05 g; Só: 2.16 g
		1	1		1	1,3,10,(12)
	(05310) Tej,OM,cm,szój,ban,bar,marha	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1], Tört burgonyával	Almalé 100%, Hamburger	Ásványvíz, Pizzaszelet [1]	Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[10, (12)], Szarvacska tésztával[1,3]
		Energia: 438.69 Kcal / 1,833.72 Kj	Energia: 705.48 Kcal / 2,948.91 Kj	Energia: 309.70 Kcal / 1,294.55 Kj	Energia: 587.76 Kcal / 2,456.84 Kj	Energia: 655.65 Kcal / 2,740.62 Kj
		Fehérje: 26.09 g; Zsír: 20.29 g; T.Zsírsav: 6.94 g; Szénhidrát: 40.14 g; Cukor: 3.00 g; Só: 3.17 g	Fehérje: 36.32 g; Zsír: 35.82 g; T.Zsírsav: 11.16 g; Szénhidrát: 57.80 g; Cukor: 0.45 g; Só: 4.72 g	Fehérje: 14.73 g; Zsír: 8.60 g; T.Zsírsav: 2.96 g; Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 9.40 g; Só: 2.79 g	Fehérje: 15.59 g; Zsír: 21.88 g; T.Zsírsav: 7.51 g; Szénhidrát: 81.52 g; Cukor: 0.90 g; Só: 3.09 g	Fehérje: 38.92 g; Zsír: 19.36 g; T.Zsírsav: 3.21 g; Szénhidrát: 81.10 g; Cukor: 7.05 g; Só: 2.16 g
		1	1		1	1,3,10,(12)
	(05395) Tej,szója,kukorica,sztjkeny,mogy.M	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1], Tört burgonyával	Almalé 100%, Hamburger	Ásványvíz, Pizzaszelet [1]	Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[10, (12)], Szarvacska tésztával[1,3]
		Energia: 438.69 Kcal / 1,833.72 Kj	Energia: 705.48 Kcal / 2,948.91 Kj	Energia: 309.70 Kcal / 1,294.55 Kj	Energia: 587.76 Kcal / 2,456.84 Kj	Energia: 655.65 Kcal / 2,740.62 Kj
		Fehérje: 26.09 g; Zsír: 20.29 g; T.Zsírsav: 6.94 g; Szénhidrát: 40.14 g; Cukor: 3.00 g; Só: 3.17 g	Fehérje: 36.32 g; Zsír: 35.82 g; T.Zsírsav: 11.16 g; Szénhidrát: 57.80 g; Cukor: 0.45 g; Só: 4.72 g	Fehérje: 14.73 g; Zsír: 8.60 g; T.Zsírsav: 2.96 g; Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 9.40 g; Só: 2.79 g	Fehérje: 15.59 g; Zsír: 21.88 g; T.Zsírsav: 7.51 g; Szénhidrát: 81.52 g; Cukor: 0.90 g; Só: 3.09 g	Fehérje: 38.92 g; Zsír: 19.36 g; T.Zsírsav: 3.21 g; Szénhidrát: 81.10 g; Cukor: 7.05 g; Só: 2.16 g
		1	1		1	1,3,10,(12)

.....

Élelmezésvezető

Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(05530) TTM,szój,OM,cit,ban	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Pulykamell sonkás, Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 438.81 Kcal / 1,834.23 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 462.21 Kcal / 1,932.04 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 16.22 g; Zsír: 11.70 g; T.Zsírsav: 9.21 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 3.56 g; T.Zsírsav: 1.61 g	Fehérje: 16.92 g; Zsír: 11.99 g; T.Zsírsav: 9.24 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 65.88 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 61.62 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 70.70 g; Cukor: 4.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1	1	1,4	1	1
	(05550) Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Pulykamell sonkás, Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 438.81 Kcal / 1,834.23 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 462.21 Kcal / 1,932.04 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 16.22 g; Zsír: 11.70 g; T.Zsírsav: 9.21 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 3.56 g; T.Zsírsav: 1.61 g	Fehérje: 16.92 g; Zsír: 11.99 g; T.Zsírsav: 9.24 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 65.88 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 61.62 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 70.70 g; Cukor: 4.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1	1	1,4	1	1
	(05570) Tej,tojás,rozsmentes	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL[1]	Almalé 100%, Pulykamell sonkás, Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 438.81 Kcal / 1,834.23 Kj	Energia: 455.30 Kcal / 1,903.15 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 462.21 Kcal / 1,932.04 Kj	Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 Kj
		Fehérje: 16.22 g; Zsír: 11.70 g; T.Zsírsav: 9.21 g	Fehérje: 14.62 g; Zsír: 14.65 g; T.Zsírsav: 5.61 g	Fehérje: 10.42 g; Zsír: 3.56 g; T.Zsírsav: 1.61 g	Fehérje: 16.92 g; Zsír: 11.99 g; T.Zsírsav: 9.24 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 65.88 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 4.08 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 61.62 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 70.70 g; Cukor: 4.08 g; Só: 2.89 g	Szénhidrát: 61.69 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g
		1	1	1,4	1	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(05500) TTOM,csirke, marhaM**	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj	Energia: 423.20 Kcal / 1,768.98 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.05 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.63 g; Cukor: 11.25 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05505) Tej,tojás,szója,citrus,olajM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás kókusztej, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Kókusztej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj	Energia: 554.98 Kcal / 2,319.82 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 522.61 Kcal / 2,184.51 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.72 g; Zsír: 13.28 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 10.11 g; Zsír: 13.28 g; T.Zsírsav: 8.84 g
		Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 11.24 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 97.28 g; Cukor: 30.14 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 88.50 g; Cukor: 21.36 g; Só: 2.41 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05515) TT,hüv,szój,OM, citr.ban,parad.M	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 587.75 Kcal / 2,456.80 Kj	Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 412.69 Kcal / 1,725.04 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 24.23 g; Zsír: 26.48 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.02 g; Zsír: 7.10 g; T.Zsírsav: 5.69 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 62.43 g; Cukor: 9.99 g; Só: 1.39 g	Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 11.24 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 75.79 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1,10,(12)	1	1	1	1,(12)

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(05525) TT,csirk,borsó,par,cuko,alm,kört	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1], Salátalevéllel	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Diabetikus szilvalekváros[15], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 498.60 Kcal / 2,084.15 Kj	Energia: 383.05 Kcal / 1,601.15 Kj	Energia: 432.88 Kcal / 1,809.44 Kj	Energia: 373.06 Kcal / 1,559.39 Kj	Energia: 459.13 Kcal / 1,919.16 Kj
		Fehérje: 22.63 g; Zsír: 24.58 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.02 g; Zsír: 7.10 g; T.Zsírsav: 5.69 g	Fehérje: 9.40 g; Zsír: 5.07 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 46.01 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.82 g	Szénhidrát: 63.64 g; Cukor: 1.26 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 85.28 g; Cukor: 13.07 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 65.82 g; Cukor: 1.09 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 91.24 g; Cukor: 13.07 g; Só: 1.44 g
		1,15	1,15	1	1,15	1,15
	(05530) TTM,szój,OM,cit,ban	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 11.24 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05535) TM,tojás-szój-nar,marh,ban,kókuszM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 11.24 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05540) TOM,marg,OM,hüv,cm,hiszt					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(05540) TOM,marg,OM,hüv,cm,hiszt**	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Salátalevéllel	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Cukkinikrém TM, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Szilvalekvár (12), Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 538.23 Kcal / 2,249.80 Kj	Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj	Energia: 620.32 Kcal / 2,592.94 Kj	Energia: 392.76 Kcal / 1,641.74 Kj	Energia: 587.96 Kcal / 2,457.67 Kj
		Fehérje: 22.63 g; Zsír: 24.58 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.51 g; Zsír: 13.44 g; T.Zsírsav: 9.19 g	Fehérje: 9.55 g; Zsír: 5.87 g; T.Zsírsav: 4.64 g	Fehérje: 9.90 g; Zsír: 13.44 g; T.Zsírsav: 9.19 g
		Szénhidrát: 55.98 g; Cukor: 9.99 g; Só: 0.82 g	Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 11.24 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 112.85 g; Cukor: 38.04 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 74.03 g; Cukor: 11.07 g; Só: 2.21 g	Szénhidrát: 104.07 g; Cukor: 29.27 g; Só: 2.06 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05545) TTO,hal,par,káp,papr,bels,füh	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj	Energia: 423.20 Kcal / 1,768.98 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.05 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.63 g; Cukor: 11.25 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05550) Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Salátalevéllel	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 538.23 Kcal / 2,249.80 Kj	Energia: 419.22 Kcal / 1,752.34 Kj	Energia: 432.88 Kcal / 1,809.44 Kj	Energia: 419.29 Kcal / 1,752.63 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 22.63 g; Zsír: 24.58 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.55 g; Zsír: 7.44 g; T.Zsírsav: 5.22 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.39 g; Zsír: 7.20 g; T.Zsírsav: 5.69 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 55.98 g; Cukor: 9.99 g; Só: 0.82 g	Szénhidrát: 73.08 g; Cukor: 11.07 g; Só: 2.38 g	Szénhidrát: 85.28 g; Cukor: 13.07 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 76.84 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(05555) TTM,szój,hal,OM,marha,alma,barackM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj	Energia: 423.20 Kcal / 1,768.98 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.05 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.63 g; Cukor: 11.25 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05560) TTOM,narans,marha,szója,burgM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 11.24 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05570) Tej,tojás,rozsmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj	Energia: 423.20 Kcal / 1,768.98 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.05 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.63 g; Cukor: 11.25 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(05575) Tej-,tojás-,mogyoró-,rizsM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás kókusztej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Kókusztej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj			Energia: 423.20 Kcal / 1,768.98 Kj			Energia: 467.91 Kcal / 1,955.86 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 435.54 Kcal / 1,820.56 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.15 g	24.68 g	9.39 g	13.84 g	7.46 g	5.52 g	9.29 g	4.88 g	1.00 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	9.68 g	4.88 g	1.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.05 g	17.20 g	1.47 g	73.63 g	11.25 g	2.39 g	94.69 g	30.14 g	1.76 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	85.91 g	21.36 g	1.78 g
		1			1			1			1			1,(12)		
	(05585) Tej-,tojás-,repceM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes		
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj			Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj			Energia: 620.32 Kcal / 2,592.94 Kj			Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj			Energia: 587.96 Kcal / 2,457.67 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.15 g	24.68 g	9.39 g	13.84 g	7.46 g	5.52 g	9.51 g	13.44 g	9.19 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	9.90 g	13.44 g	9.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.03 g	17.19 g	1.47 g	73.61 g	11.24 g	2.39 g	112.85 g	38.04 g	2.04 g	77.24 g	11.07 g	1.82 g	104.07 g	29.27 g	2.06 g
		1			1			1			1			1,(12)		
	(05590) TM,TO,fokh,OM,méz,citr,bara,déliGy	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Rizstej, Áfonyalekváros (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj			Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj			Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj			Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj			Energia: 511.66 Kcal / 2,138.74 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.15 g	24.68 g	9.39 g	13.84 g	7.46 g	5.52 g	9.08 g	5.04 g	1.35 g	10.31 g	7.16 g	5.71 g	9.20 g	5.04 g	1.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.03 g	17.19 g	1.47 g	73.61 g	11.24 g	2.39 g	110.26 g	38.04 g	1.41 g	77.26 g	11.08 g	1.82 g	104.63 g	32.42 g	1.42 g
		1			1			1			1			1,(12)		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(05610) TM,TO,citrOM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj	Energia: 423.20 Kcal / 1,768.98 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.05 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.63 g; Cukor: 11.25 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05620) TM,TO,zellM	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 570.07 Kcal / 2,382.89 Kj	Energia: 423.20 Kcal / 1,768.98 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.73 Kcal / 1,758.65 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.05 g; Cukor: 17.20 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.63 g; Cukor: 11.25 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.26 g; Cukor: 11.08 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)
	(05655) TTO,szó,méz,meggy,citrus,OM,közlesM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog[1], Ketchuppal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 569.55 Kcal / 2,380.72 Kj	Energia: 422.68 Kcal / 1,766.80 Kj	Energia: 533.25 Kcal / 2,228.99 Kj	Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj	Energia: 500.89 Kcal / 2,093.72 Kj
		Fehérje: 23.15 g; Zsír: 24.68 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.84 g; Zsír: 7.46 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 9.08 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g	Fehérje: 10.31 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.71 g	Fehérje: 9.47 g; Zsír: 5.04 g; T.Zsírsav: 1.35 g
		Szénhidrát: 63.03 g; Cukor: 17.19 g; Só: 1.47 g	Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 11.24 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 110.26 g; Cukor: 38.04 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 77.24 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 101.48 g; Cukor: 29.27 g; Só: 1.43 g
		1	1	1	1	1,(12)

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(05670) TTM, szój, OM, olaj, par,hüvelyesM**	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1], Salátalevéllel	Almalé 100%, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Karamellás kókusztej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Almalé 100%, Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Kókusztej, Szilvalekvár (12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 538.75 Kcal / 2,251.98 Kj	Energia: 396.38 Kcal / 1,656.87 Kj	Energia: 467.91 Kcal / 1,955.86 Kj	Energia: 386.39 Kcal / 1,615.11 Kj	Energia: 435.54 Kcal / 1,820.56 Kj
		Fehérje: 22.63 g; Zsír: 24.58 g; T.Zsírsav: 9.39 g	Fehérje: 13.99 g; Zsír: 7.61 g; T.Zsírsav: 5.55 g	Fehérje: 9.29 g; Zsír: 4.88 g; T.Zsírsav: 1.00 g	Fehérje: 10.17 g; Zsír: 7.25 g; T.Zsírsav: 5.72 g	Fehérje: 9.68 g; Zsír: 4.88 g; T.Zsírsav: 1.00 g
		Szénhidrát: 56.00 g; Cukor: 10.00 g; Só: 0.82 g	Szénhidrát: 66.92 g; Cukor: 4.25 g; Só: 2.39 g	Szénhidrát: 94.69 g; Cukor: 30.14 g; Só: 1.76 g	Szénhidrát: 69.10 g; Cukor: 4.08 g; Só: 1.81 g	Szénhidrát: 85.91 g; Cukor: 21.36 g; Só: 1.78 g
		1	1	1	1	1,(12)
Ebéd	**(05500) TTOM,csirke, marhaM**	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros sertésragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült sertés szelet, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 787.39 Kcal / 3,291.29 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 1,066.62 Kcal / 4,458.47 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 32.92 g; Zsír: 27.18 g; T.Zsírsav: 5.01 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 44.92 g; Zsír: 31.89 g; T.Zsírsav: 7.23 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.11 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 159.44 g; Cukor: 15.61 g; Só: 2.21 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05505) Tej,tojás,szója,citrus,olajM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt , Tarhonyával, Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves TTM olajM , Mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel TTM olajM , Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 560.77 Kcal / 2,344.02 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 573.57 Kcal / 2,397.52 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 26.39 g; Zsír: 10.04 g; T.Zsírsav: 3.11 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.33 g; Zsír: 3.63 g; T.Zsírsav: 0.51 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 91.66 g; Cukor: 23.89 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 97.65 g; Cukor: 0.02 g; Só: 1.53 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		15,(12)	1	1,10,(12)	15	1,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05515) TT,hüv,szój,OM, citr.ban,parad.M	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Burgonyafőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 896.54 Kcal / 3,747.54 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 854.94 Kcal / 3,573.65 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 32.64 g; Zsír: 25.13 g; T.Zsírsav: 4.97 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 18.57 g; Zsír: 33.11 g; T.Zsírsav: 7.74 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 132.21 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.43 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 119.06 g; Cukor: 16.94 g; Só: 2.34 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	9,15	1,9
	(05525) TT,csirk,borsó,par,cuko,alm,kört	Meggyleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Burgonyafőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros sertésragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Szilva	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült sertés szelet, Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 840.27 Kcal / 3,512.33 Kj	Energia: 896.54 Kcal / 3,747.54 Kj	Energia: 832.44 Kcal / 3,479.60 Kj	Energia: 846.44 Kcal / 3,538.12 Kj	Energia: 984.42 Kcal / 4,114.88 Kj
		Fehérje: 35.27 g; Zsír: 25.28 g; T.Zsírsav: 5.45 g	Fehérje: 32.64 g; Zsír: 25.13 g; T.Zsírsav: 4.97 g	Fehérje: 33.08 g; Zsír: 34.96 g; T.Zsírsav: 5.45 g	Fehérje: 18.32 g; Zsír: 33.04 g; T.Zsírsav: 7.59 g	Fehérje: 44.48 g; Zsír: 30.34 g; T.Zsírsav: 13.11 g
		Szénhidrát: 114.76 g; Cukor: 22.89 g; Só: 1.28 g	Szénhidrát: 132.21 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.43 g	Szénhidrát: 95.31 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 117.61 g; Cukor: 16.94 g; Só: 2.27 g	Szénhidrát: 140.39 g; Cukor: 0.62 g; Só: 1.44 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9,15
	(05530) TTM,szój,OM,cit,ban	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05535) TM,tojás-szój-nar,marh,ban,kókuszM					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05535) TM,tojás-szój-nar,marh,ban,kókuszM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Kölesfelfújt(12), Tejmentes csokoládé sodóval	Pirított kenyérkockával [1], Besamell TTGM, Roston sült csirkemell (10), Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával, Almás zellerkrémleves TM[1,9]
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,398.62 Kcal / 5,846.23 Kj	Energia: 1,396.99 Kcal / 5,839.42 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 27.57 g; Zsír: 32.88 g; T.Zsírsav: 11.31 g	Fehérje: 53.33 g; Zsír: 39.14 g; T.Zsírsav: 7.01 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 244.84 g; Cukor: 69.74 g; Só: 3.61 g	Szénhidrát: 217.50 g; Cukor: 18.73 g; Só: 4.60 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	(12)	1,9,(10)
	(05540) TOM,marg,OM,hüv,cm,hiszt	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával	Vajgaluskaleves , Fasírt, Burgonyafőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Növényi-tejszínes csirkeragu, Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves[9], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Vanília sodóval[1]	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Céklasalátával
		Energia: 820.85 Kcal / 3,431.15 Kj	Energia: 896.54 Kcal / 3,747.54 Kj	Energia: 767.04 Kcal / 3,206.23 Kj	Energia: 753.32 Kcal / 3,148.88 Kj	Energia: 862.31 Kcal / 3,604.46 Kj
		Fehérje: 34.91 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 32.64 g; Zsír: 25.13 g; T.Zsírsav: 4.97 g	Fehérje: 35.06 g; Zsír: 28.84 g; T.Zsírsav: 2.97 g	Fehérje: 16.11 g; Zsír: 27.56 g; T.Zsírsav: 5.81 g	Fehérje: 33.29 g; Zsír: 22.13 g; T.Zsírsav: 2.79 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 18.99 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 132.21 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.43 g	Szénhidrát: 90.92 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.96 g	Szénhidrát: 109.02 g; Cukor: 10.84 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 142.13 g; Cukor: 0.48 g; Só: 2.11 g
		1	1	9	1,9,15	1,9
	(05545) TTO,hal,par,káp,papr,bels,füh	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05550) Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05550) Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Burgonyafőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Növényi tejszínes sertésragu, Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Vanília sodóval[1]	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Céklasalátával[15,(12)]
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 896.54 Kcal / 3,747.54 Kj	Energia: 1,012.67 Kcal / 4,232.96 Kj	Energia: 802.53 Kcal / 3,354.58 Kj	Energia: 862.16 Kcal / 3,603.83 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 32.64 g; Zsír: 25.13 g; T.Zsírsav: 4.97 g	Fehérje: 28.70 g; Zsír: 57.57 g; T.Zsírsav: 24.89 g	Fehérje: 19.36 g; Zsír: 32.29 g; T.Zsírsav: 7.51 g	Fehérje: 33.30 g; Zsír: 22.13 g; T.Zsírsav: 2.79 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 132.21 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.43 g	Szénhidrát: 93.78 g; Cukor: 0.42 g; Só: 1.49 g	Szénhidrát: 107.63 g; Cukor: 10.84 g; Só: 2.27 g	Szénhidrát: 142.13 g; Cukor: 6.38 g; Só: 1.87 g
		1,15,(12)	1	9	1,15	1,9,15,(12)
	(05555) TTM,szój,hal,OM,marha,alma,barackM	Meggyleves[15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Körte	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 776.76 Kcal / 3,246.86 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 765.76 Kcal / 3,200.88 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 880.29 Kcal / 3,679.61 Kj
		Fehérje: 35.68 g; Zsír: 25.45 g; T.Zsírsav: 5.47 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 19.93 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.53 g; Zsír: 17.57 g; T.Zsírsav: 2.28 g
		Szénhidrát: 98.39 g; Cukor: 10.50 g; Só: 1.29 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 108.71 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 154.17 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.13 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05560) TTOM,narans,marha,szója,burgM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05570) Tej,tojás,rozsmentes	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05575) Tej-,tojás-,mogyoró-,rizsM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Főtt tésztával, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 584.70 Kcal / 2,444.05 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 31.42 g; Zsír: 17.28 g; T.Zsírsav: 2.00 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 73.78 g; Cukor: 3.02 g; Só: 1.98 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05585) Tej-,tojás-,repceM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05590) TM,TO,fokh,OM,méz,citr,bara,déliGy					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05590) TM,TO,fokh,OM, méz,citr,bara,déli Gy	Meggyleves[15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 776.76 Kcal / 3,246.86 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje: 35.68 g; Zsír: 25.45 g; T.Zsírsav: 5.47 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.79 g; Zsír: 22.33 g; T.Zsírsav: 2.82 g
		Szénhidrát: 98.39 g; Cukor: 10.50 g; Só: 1.29 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 157.61 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05610) TM,TO,citrOM	Meggyleves[15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Körte	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 776.76 Kcal / 3,246.86 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 765.76 Kcal / 3,200.88 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 880.29 Kcal / 3,679.61 Kj
		Fehérje: 35.68 g; Zsír: 25.45 g; T.Zsírsav: 5.47 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 19.93 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 23.64 g; Zsír: 33.74 g; T.Zsírsav: 11.14 g	Fehérje: 33.53 g; Zsír: 17.57 g; T.Zsírsav: 2.28 g
		Szénhidrát: 98.39 g; Cukor: 10.50 g; Só: 1.29 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 108.71 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 144.40 g; Cukor: 16.99 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 154.17 g; Cukor: 15.47 g; Só: 1.13 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05620) TM,TO,zellM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves, Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Zöldségleves, Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.55 Kcal / 3,087.14 Kj	Energia: 879.36 Kcal / 3,675.72 Kj	Energia: 891.85 Kcal / 3,727.93 Kj
		Fehérje: 34.92 g; Zsír: 25.02 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 35.53 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 4.10 g	Fehérje: 36.64 g; Zsír: 20.28 g; T.Zsírsav: 2.39 g	Fehérje: 23.34 g; Zsír: 22.57 g; T.Zsírsav: 4.67 g	Fehérje: 32.74 g; Zsír: 22.01 g; T.Zsírsav: 2.78 g
		Szénhidrát: 113.90 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 97.83 g; Cukor: 10.99 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 100.86 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.01 g	Szénhidrát: 143.11 g; Cukor: 16.89 g; Só: 1.37 g	Szénhidrát: 149.01 g; Cukor: 15.47 g; Só: 2.84 g
		1,15,(12)	1	1,10,(12)	1,15	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05635) TM,TO,szój,par,csirk,rizs,cukorM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Főtt tésztával, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 584.70 Kcal / 2,444.05 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		34.92 g / 25.02 g / 5.46 g	35.53 g / 18.53 g / 4.10 g	31.42 g / 17.28 g / 2.00 g	23.64 g / 33.74 g / 11.14 g	33.79 g / 22.33 g / 2.82 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		113.90 g / 24.89 g / 0.89 g	97.83 g / 10.99 g / 0.63 g	73.78 g / 3.02 g / 1.98 g	144.40 g / 16.99 g / 3.35 g	157.61 g / 15.47 g / 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05655) TTO,szó,méz,meggy,citrus,OM,köIesM	Körteleves GMTM, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 913.98 Kcal / 3,820.44 Kj	Energia: 708.14 Kcal / 2,960.03 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 983.67 Kcal / 4,111.74 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		34.98 g / 25.61 g / 5.51 g	35.53 g / 18.53 g / 4.10 g	36.62 g / 20.08 g / 2.37 g	23.64 g / 33.74 g / 11.14 g	33.79 g / 22.33 g / 2.82 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		133.32 g / 37.51 g / 0.79 g	97.83 g / 10.99 g / 0.63 g	101.21 g / 0.02 g / 2.42 g	144.40 g / 16.99 g / 3.35 g	157.61 g / 15.47 g / 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9
	(05670) TTM, szój, OM, olaj, par,hüvelyesM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Burgonyafőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Házi káposztasalátával
		Energia: 820.70 Kcal / 3,430.53 Kj	Energia: 896.54 Kcal / 3,747.54 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 846.44 Kcal / 3,538.12 Kj	Energia: 928.04 Kcal / 3,879.21 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		34.92 g / 25.02 g / 5.46 g	32.64 g / 25.13 g / 4.97 g	36.62 g / 20.08 g / 2.37 g	18.32 g / 33.04 g / 7.59 g	33.79 g / 22.33 g / 2.82 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		113.90 g / 24.89 g / 0.89 g	132.21 g / 3.00 g / 0.43 g	101.21 g / 0.02 g / 2.42 g	117.61 g / 16.94 g / 2.27 g	157.61 g / 15.47 g / 1.90 g
		1,15,(12)	1	1,9,10,(12)	15	1,9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(05500) TTOM,csirke, marhaM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1	1	1	
	(05505) Tej,tojás,szója,citrus,olajM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL[1]	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes, Pritamin Paprikával
		Energia: 466.51 Kcal / 1,950.01 Kj	Energia: 450.57 Kcal / 1,883.38 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 487.73 Kcal / 2,038.71 Kj
		Fehérje: 18.38 g; Zsír: 13.98 g; T.Zsírsav: 9.99 g	Fehérje: 12.53 g; Zsír: 16.03 g; T.Zsírsav: 7.22 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.66 g; Zsír: 17.98 g; T.Zsírsav: 11.59 g
		Szénhidrát: 65.48 g; Cukor: 1.08 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 62.40 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.93 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 65.48 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.95 g
		1	1,7,10,(12)	1	1	1
	(05515) TT,hüv,szój,OM, citr.ban,parad.M	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g	Fehérje: 9.04 g; Zsír: 2.61 g; T.Zsírsav: 1.20 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 61.73 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1	1	1	
	(05525) TT,csirk,borsó,par,cuko,alm,kört	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Kapros margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 312.89 Kcal / 1,307.88 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g	Fehérje: 9.03 g; Zsír: 2.73 g; T.Zsírsav: 1.25 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 61.72 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		1		1	1	1
	(05530) TTM,szój,OM,cit,ban	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1	1	1
	(05535) TM,tojás-szój-nar,marh,ban,kókuszM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g	Fehérje: 9.04 g; Zsír: 2.61 g; T.Zsírsav: 1.20 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 61.73 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1		1	1	1
	(05540) TOM,marg,OM,hüv,cm,hiszt	Szendvics sonkás, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Sós perec	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Pritamin Paprikával
		Energia: 466.51 Kcal / 1,950.01 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 487.73 Kcal / 2,038.71 Kj
		Fehérje: 18.38 g; Zsír: 13.98 g; T.Zsírsav: 9.99 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.66 g; Zsír: 17.98 g; T.Zsírsav: 11.59 g
		Szénhidrát: 65.48 g; Cukor: 1.08 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 65.48 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.95 g
		1		1	1	1
	(05545) TTO,hal,par,káp,papr,bels,füh	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só

	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1			1			1		
(05550) Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1			1			1		
(05555) TTM,szój,hal,OM,marha,alma,barackM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g
	1						1			1			1		
(05560) TTOM,narans,marha,szója,burgM	Álom sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 449.29 Kcal / 1,878.03 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	14.95 g	14.62 g	5.58 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.93 g	1.08 g	3.09 g
	1						1			1			1		
(05570) Tej,tojás,rozsmentes	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj			Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj			Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	17.95 g	5.58 g	2.15 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.93 g	10.64 g	8.85 g	9.42 g	10.58 g	8.84 g	14.23 g	9.58 g	3.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	62.89 g	1.08 g	2.72 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	65.57 g	1.34 g	2.06 g	64.20 g	1.08 g	2.04 g	62.89 g	1.08 g	2.32 g

	1	1	1	1	
(05575) Tej-,tojás-,mogyoró-,rizsM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 358.28 Kcal / 1,497.61 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 11.82 g; Zsír: 6.48 g; T.Zsírsav: 2.59 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 61.77 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.63 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1	1
(05585) Tej-,tojás-,repce M	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL[1]	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Növényi szendvicskrémes, Pritamin Paprikával
	Energia: 466.51 Kcal / 1,950.01 Kj	Energia: 450.57 Kcal / 1,883.38 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 487.73 Kcal / 2,038.71 Kj
	Fehérje: 18.38 g; Zsír: 13.98 g; T.Zsírsav: 9.99 g	Fehérje: 12.53 g; Zsír: 16.03 g; T.Zsírsav: 7.22 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.66 g; Zsír: 17.98 g; T.Zsírsav: 11.59 g
	Szénhidrát: 65.48 g; Cukor: 1.08 g; Só: 3.35 g	Szénhidrát: 62.40 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.93 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 65.48 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.95 g
	1	1,7,10,(12)	1	1	1
(05590) TM,TO,fokh,OM, méz,citr,bara,déli Gy	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres margarinkrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 311.86 Kcal / 1,303.57 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g	Fehérje: 9.04 g; Zsír: 2.61 g; T.Zsírsav: 1.20 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 61.73 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1	
(05610) TM,TO,citrOM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
	Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
	1	1	1	1	

	(05620) TM,TO,zellM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1	1	1	
	(05655) TTO,szó,méz,meggy,citrus,OM,köles M	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 401.96 Kcal / 1,680.19 Kj	Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.93 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.85 g	Fehérje: 9.42 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 8.84 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 65.57 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 64.20 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1	1	1	
	(05670) TTM, szój, OM, olaj, par,hüvelyesM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Magyaros vajkrémes, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel	Petrezselymes margarinkrémes , Diétás pékáru BL[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 379.44 Kcal / 1,586.06 Kj	Energia: 358.28 Kcal / 1,497.61 Kj	Energia: 331.55 Kcal / 1,385.88 Kj	Energia: 311.74 Kcal / 1,303.07 Kj	Energia: 400.66 Kcal / 1,674.76 Kj
		Fehérje: 17.95 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 11.82 g; Zsír: 6.48 g; T.Zsírsav: 2.59 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 4.19 g; T.Zsírsav: 1.67 g	Fehérje: 9.00 g; Zsír: 2.66 g; T.Zsírsav: 1.22 g	Fehérje: 14.23 g; Zsír: 9.58 g; T.Zsírsav: 3.75 g
		Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 61.77 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.63 g	Szénhidrát: 63.42 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 61.63 g; Cukor: 1.08 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 62.89 g; Cukor: 1.08 g; Só: 2.32 g
		1	1	1	1	1
Vacsora	**(05530) TTM,szój,OM,citban**	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1], Tört burgonyával	Almalé 100%, Hamburger	Ásványvíz, Pizzaszelet [1]	Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[10, (12)], Főtt tésztával
		Energia: 438.69 Kcal / 1,833.72 Kj	Energia: 705.48 Kcal / 2,948.91 Kj	Energia: 309.70 Kcal / 1,294.55 Kj	Energia: 587.76 Kcal / 2,456.84 Kj	Energia: 570.02 Kcal / 2,382.68 Kj
		Fehérje: 26.09 g; Zsír: 20.29 g; T.Zsírsav: 6.94 g	Fehérje: 36.32 g; Zsír: 35.82 g; T.Zsírsav: 11.16 g	Fehérje: 14.73 g; Zsír: 8.60 g; T.Zsírsav: 2.96 g	Fehérje: 15.59 g; Zsír: 21.88 g; T.Zsírsav: 7.51 g	Fehérje: 25.12 g; Zsír: 19.17 g; T.Zsírsav: 2.57 g
		Szénhidrát: 40.14 g; Cukor: 3.00 g; Só: 3.17 g	Szénhidrát: 57.80 g; Cukor: 0.45 g; Só: 4.72 g	Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 9.40 g; Só: 2.79 g	Szénhidrát: 81.52 g; Cukor: 0.90 g; Só: 3.09 g	Szénhidrát: 73.41 g; Cukor: 11.05 g; Só: 1.61 g
		1	1	1	10,(12)	

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Vacsora	(05550) Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart	Almalé 100%, Rakott sárgarépa rizzsel			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1], Tört burgonyával			Almalé 100%, Hamburger, Salátalevéllel			Ásványvíz, Pizzaszelet [1]			Almalé 100%, Csirkeragu, Főtt tésztával		
		Energia: 615.71 Kcal / 2,573.67 Kj			Energia: 705.48 Kcal / 2,948.91 Kj			Energia: 310.94 Kcal / 1,299.73 Kj			Energia: 587.76 Kcal / 2,456.84 Kj			Energia: 416.42 Kcal / 1,740.64 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		22.17 g	27.53 g	7.82 g	36.32 g	35.82 g	11.16 g	14.84 g	8.62 g	2.96 g	15.59 g	21.88 g	7.51 g	9.83 g	12.13 g	1.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		68.64 g	3.00 g	4.03 g	57.80 g	0.45 g	4.72 g	40.51 g	9.40 g	2.79 g	81.52 g	0.90 g	3.09 g	66.22 g	7.00 g	0.36 g
					1						1					
	(05570) Tej,tojás,rozsmentes	Almalé 100%, Rakott brokkoli bulgurral[1]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1], Tört burgonyával			Almalé 100%, Hamburger			Ásványvíz, Pizzaszelet [1]			Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[10, (12)], Főtt tésztával		
		Energia: 438.69 Kcal / 1,833.72 Kj			Energia: 705.48 Kcal / 2,948.91 Kj			Energia: 309.70 Kcal / 1,294.55 Kj			Energia: 587.76 Kcal / 2,456.84 Kj			Energia: 570.02 Kcal / 2,382.68 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		26.09 g	20.29 g	6.94 g	36.32 g	35.82 g	11.16 g	14.73 g	8.60 g	2.96 g	15.59 g	21.88 g	7.51 g	25.12 g	19.17 g	2.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		40.14 g	3.00 g	3.17 g	57.80 g	0.45 g	4.72 g	40.36 g	9.40 g	2.79 g	81.52 g	0.90 g	3.09 g	73.41 g	11.05 g	1.61 g
		1			1						1			10,(12)		

.....

Élelmezésvezető

Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(05800) GM,TM,OM,hal,citrus,ep,man	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Gluténmentes pékáru, Növényi szendvicskrémes	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Ásványvíz, Sült húskrémes, Gluténmentes pékáru	Almalé 100%, Magyaros növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 588.61 Kcal / 2,460.39 Kj	Energia: 605.10 Kcal / 2,529.32 Kj	Energia: 508.08 Kcal / 2,123.77 Kj	Energia: 567.80 Kcal / 2,373.40 Kj	Energia: 521.40 Kcal / 2,179.45 Kj
		Fehérje: 15.76 g; Zsír: 15.58 g; T.Zsírsav: 9.35 g; Szénhidrát: 103.88 g; Cukor: 5.00 g; Só: 3.37 g	Fehérje: 14.16 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 5.75 g; Szénhidrát: 103.03 g; Cukor: 8.00 g; Só: 3.57 g	Fehérje: 11.36 g; Zsír: 10.36 g; T.Zsírsav: 2.73 g; Szénhidrát: 99.77 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.11 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 14.75 g; T.Zsírsav: 9.01 g; Szénhidrát: 107.02 g; Cukor: 8.00 g; Só: 2.52 g	Fehérje: 17.01 g; Zsír: 9.34 g; T.Zsírsav: 2.29 g; Szénhidrát: 99.69 g; Cukor: 5.00 g; Só: 3.20 g
	(05900) Gluténmentes	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Gluténmentes pékáru	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Gluténmentes pékáru	Almalé 100%, Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 598.12 Kcal / 2,500.14 Kj	Energia: 605.10 Kcal / 2,529.32 Kj	Energia: 617.80 Kcal / 2,582.40 Kj	Energia: 620.41 Kcal / 2,593.31 Kj	Energia: 521.40 Kcal / 2,179.45 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 9.74 g; Szénhidrát: 100.40 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.35 g	Fehérje: 14.16 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 5.75 g; Szénhidrát: 103.03 g; Cukor: 8.00 g; Só: 3.57 g	Fehérje: 10.09 g; Zsír: 22.41 g; T.Zsírsav: 7.39 g; Szénhidrát: 101.04 g; Cukor: 5.80 g; Só: 1.92 g	Fehérje: 10.15 g; Zsír: 21.13 g; T.Zsírsav: 8.34 g; Szénhidrát: 104.90 g; Cukor: 8.00 g; Só: 1.89 g	Fehérje: 17.01 g; Zsír: 9.34 g; T.Zsírsav: 2.29 g; Szénhidrát: 99.69 g; Cukor: 5.00 g; Só: 3.20 g
		7		3,4,7,10	7	
	(05915) Glutén- és tojásmentes	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Gluténmentes pékáru	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Gluténmentes pékáru	Almalé 100%, Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 598.12 Kcal / 2,500.14 Kj	Energia: 605.10 Kcal / 2,529.32 Kj	Energia: 617.80 Kcal / 2,582.40 Kj	Energia: 620.41 Kcal / 2,593.31 Kj	Energia: 521.40 Kcal / 2,179.45 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 9.74 g; Szénhidrát: 100.40 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.35 g	Fehérje: 14.16 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 5.75 g; Szénhidrát: 103.03 g; Cukor: 8.00 g; Só: 3.57 g	Fehérje: 10.09 g; Zsír: 22.41 g; T.Zsírsav: 7.39 g; Szénhidrát: 101.04 g; Cukor: 5.80 g; Só: 1.92 g	Fehérje: 10.15 g; Zsír: 21.13 g; T.Zsírsav: 8.34 g; Szénhidrát: 104.90 g; Cukor: 8.00 g; Só: 1.89 g	Fehérje: 17.01 g; Zsír: 9.34 g; T.Zsírsav: 2.29 g; Szénhidrát: 99.69 g; Cukor: 5.00 g; Só: 3.20 g
		7		3,4,7,10	7	
	(06000) Glutén,tej,tojás, OM,szója,zab	Ásványvíz, Csirkemellsonkás, Gluténmentes pékáru, Növényi szendvicskrémes	Almalé 100%, Olasz felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Gluténmentes pékáru	Almalé 100%, Magyaros növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 588.61 Kcal / 2,460.39 Kj	Energia: 605.10 Kcal / 2,529.32 Kj	Energia: 475.55 Kcal / 1,987.80 Kj	Energia: 567.80 Kcal / 2,373.40 Kj	Energia: 521.40 Kcal / 2,179.45 Kj
		Fehérje: 15.76 g; Zsír: 15.58 g; T.Zsírsav: 9.35 g	Fehérje: 14.16 g; Zsír: 18.53 g; T.Zsírsav: 5.75 g	Fehérje: 9.96 g; Zsír: 7.44 g; T.Zsírsav: 1.75 g	Fehérje: 9.66 g; Zsír: 14.75 g; T.Zsírsav: 9.01 g	Fehérje: 17.01 g; Zsír: 9.34 g; T.Zsírsav: 2.29 g

		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		103.88 g	5.00 g	3.37 g	103.03 g	8.00 g	3.57 g	99.62 g	5.00 g	1.95 g	107.02 g	8.00 g	2.52 g	99.69 g	5.00 g	3.20 g
		4														
Tízórai	**(05700) GM BÚZA,árpa,rozs, zab,földimogyM**	Csipkebogyó tea, Főtt Bécsi rudacska, Gluténmentes pékáru, Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Gluténmentes pékáru, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrém vajkrémmel[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru, Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 798.31 Kcal / 3,336.94 Kj			Energia: 666.81 Kcal / 2,787.27 Kj			Energia: 703.30 Kcal / 2,939.79 Kj			Energia: 584.71 Kcal / 2,444.09 Kj			Energia: 670.93 Kcal / 2,804.49 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24.15 g	28.98 g	9.77 g	19.93 g	15.90 g	4.44 g	18.73 g	10.56 g	3.58 g	10.30 g	12.18 g	4.12 g	19.12 g	10.56 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		117.05 g	22.20 g	2.53 g	111.00 g	15.47 g	2.25 g	140.49 g	29.98 g	2.29 g	115.55 g	15.80 g	2.41 g	131.71 g	21.20 g	2.31 g
					3			7			7,10,(12)			7,(12)		
	(05715) Glutén-, zeller,narancs,barack,OM	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Ketchuppal			Csipkebogyó tea, Gluténmentes pékáru, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrém vajkrémmel[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru, Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 643.51 Kcal / 2,689.87 Kj			Energia: 666.81 Kcal / 2,787.27 Kj			Energia: 703.30 Kcal / 2,939.79 Kj			Energia: 584.71 Kcal / 2,444.09 Kj			Energia: 670.93 Kcal / 2,804.49 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		22.91 g	26.12 g	9.59 g	19.93 g	15.90 g	4.44 g	18.73 g	10.56 g	3.58 g	10.30 g	12.18 g	4.12 g	19.12 g	10.56 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		72.45 g	18.00 g	1.35 g	111.00 g	15.47 g	2.25 g	140.49 g	29.98 g	2.29 g	115.55 g	15.80 g	2.41 g	131.71 g	21.20 g	2.31 g
					3			7			7,10,(12)			7,(12)		
	(05720) Glutén-,parad.-,szója-,OM	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Mustárral[10,(12)]			Csipkebogyó tea, Gluténmentes pékáru, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrém vajkrémmel[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru, Salátalevéllel			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 661.71 Kcal / 2,765.95 Kj			Energia: 666.81 Kcal / 2,787.27 Kj			Energia: 703.30 Kcal / 2,939.79 Kj			Energia: 577.19 Kcal / 2,412.65 Kj			Energia: 670.93 Kcal / 2,804.49 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23.99 g	27.92 g	9.59 g	19.93 g	15.90 g	4.44 g	18.73 g	10.56 g	3.58 g	10.01 g	12.12 g	4.10 g	19.12 g	10.56 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		71.85 g	10.80 g	1.27 g	111.00 g	15.47 g	2.25 g	140.49 g	29.98 g	2.29 g	114.10 g	15.80 g	2.40 g	131.71 g	21.20 g	2.31 g
		10,(12)			3			7			7,10,(12)			7,(12)		
	(05800) GM,TM,OM,hal,citrus,ep,man	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog, Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Gluténmentes pékáru, Főtt tojáskarikával [3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	**(05800) GM,TM,OM,hal,citrus,ep,man**	Energia: 800.44 Kcal / 3,345.84 Kj			Energia: 666.29 Kcal / 2,785.09 Kj			Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj			Energia: 570.01 Kcal / 2,382.64 Kj			Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24.86 g	26.27 g	9.59 g	19.93 g	15.90 g	4.44 g	8.59 g	7.97 g	1.38 g	9.85 g	11.04 g	5.85 g	9.01 g	8.92 g	1.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		108.73 g	17.99 g	1.43 g	110.98 g	15.46 g	2.25 g	140.37 g	37.97 g	1.89 g	115.24 g	14.99 g	2.30 g	139.48 g	33.19 g	1.91 g
		3												(12)		
	(05810) GM,TM,mogy.HúsM	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Banán			Csipkebogyó tea, Főtt tojáskarikával[3], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 742.52 Kcal / 3,103.73 Kj			Energia: 666.81 Kcal / 2,787.27 Kj			Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj			Energia: 570.53 Kcal / 2,384.82 Kj			Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		10.91 g	14.61 g	8.98 g	19.93 g	15.90 g	4.44 g	8.59 g	7.97 g	1.38 g	9.85 g	11.04 g	5.85 g	9.01 g	8.92 g	1.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		148.51 g	15.00 g	2.60 g	111.00 g	15.47 g	2.25 g	140.37 g	37.97 g	1.89 g	115.26 g	15.00 g	2.30 g	139.48 g	33.19 g	1.91 g
		3												(12)		
	(05815) GM, TM, paradicsomM	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Mustárral[10,(12)], Banán			Csipkebogyó tea, Gluténmentes pékáru, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllel			Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 819.16 Kcal / 3,424.09 Kj			Energia: 666.81 Kcal / 2,787.27 Kj			Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj			Energia: 563.01 Kcal / 2,353.38 Kj			Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		25.94 g	28.07 g	9.59 g	19.93 g	15.90 g	4.44 g	8.59 g	7.97 g	1.38 g	9.56 g	10.98 g	5.83 g	9.01 g	8.92 g	1.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		108.15 g	10.80 g	1.35 g	111.00 g	15.47 g	2.25 g	140.37 g	37.97 g	1.89 g	113.81 g	15.00 g	2.29 g	139.48 g	33.19 g	1.91 g
		10,(12)			3									(12)		
	(05820) Glutén,tejmogy,piszt,natív cukorM	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)], Banán			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal			Rizstej, Diabetikus szilvalekváros[15], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 779.01 Kcal / 3,256.26 Kj			Energia: 626.66 Kcal / 2,619.44 Kj			Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj			Energia: 530.38 Kcal / 2,216.99 Kj			Energia: 608.93 Kcal / 2,545.33 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		25.94 g	28.07 g	9.59 g	19.93 g	15.90 g	4.44 g	8.59 g	7.97 g	1.38 g	9.85 g	11.04 g	5.85 g	8.94 g	8.95 g	1.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		98.16 g	0.81 g	1.35 g	101.01 g	5.48 g	2.25 g	140.37 g	37.97 g	1.89 g	105.27 g	5.01 g	2.30 g	129.24 g	16.99 g	1.92 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai		10,15,(12)	3,15		15	15
	(05900) Gluténmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Gluténmentes pékáru, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrém vajkrémmel[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 800.96 Kcal / 3,348.01 Kj	Energia: 666.81 Kcal / 2,787.27 Kj	Energia: 703.30 Kcal / 2,939.79 Kj	Energia: 584.71 Kcal / 2,444.09 Kj	Energia: 670.93 Kcal / 2,804.49 Kj
		Fehérje: 24.86 g; Zsír: 26.27 g; T.Zsírsav: 9.59 g	Fehérje: 19.93 g; Zsír: 15.90 g; T.Zsírsav: 4.44 g	Fehérje: 18.73 g; Zsír: 10.56 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 10.30 g; Zsír: 12.18 g; T.Zsírsav: 4.12 g	Fehérje: 19.12 g; Zsír: 10.56 g; T.Zsírsav: 3.58 g
		Szénhidrát: 108.75 g; Cukor: 18.00 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 111.00 g; Cukor: 15.47 g; Só: 2.25 g	Szénhidrát: 140.49 g; Cukor: 29.98 g; Só: 2.29 g	Szénhidrát: 115.55 g; Cukor: 15.80 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 131.71 g; Cukor: 21.20 g; Só: 2.31 g
			3	7	7,10,(12)	7,(12)
	(05905) GM,tojás, zellerM	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Ketchuppal	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrém vajkrémmel[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 643.51 Kcal / 2,689.87 Kj	Energia: 628.27 Kcal / 2,626.17 Kj	Energia: 703.30 Kcal / 2,939.79 Kj	Energia: 584.71 Kcal / 2,444.09 Kj	Energia: 670.93 Kcal / 2,804.49 Kj
		Fehérje: 22.91 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 9.59 g	Fehérje: 12.17 g; Zsír: 18.28 g; T.Zsírsav: 7.20 g	Fehérje: 18.73 g; Zsír: 10.56 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 10.30 g; Zsír: 12.18 g; T.Zsírsav: 4.12 g	Fehérje: 19.12 g; Zsír: 10.56 g; T.Zsírsav: 3.58 g
		Szénhidrát: 72.45 g; Cukor: 18.00 g; Só: 1.35 g	Szénhidrát: 110.88 g; Cukor: 15.17 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 140.49 g; Cukor: 29.98 g; Só: 2.29 g	Szénhidrát: 115.55 g; Cukor: 15.80 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 131.71 g; Cukor: 21.20 g; Só: 2.31 g
			7	7	7,10,(12)	7,(12)
	(05915) Glutén- és tojásmentes	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Karamellás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrém vajkrémmel[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 800.96 Kcal / 3,348.01 Kj	Energia: 573.00 Kcal / 2,395.14 Kj	Energia: 703.30 Kcal / 2,939.79 Kj	Energia: 584.71 Kcal / 2,444.09 Kj	Energia: 670.93 Kcal / 2,804.49 Kj
		Fehérje: 24.86 g; Zsír: 26.27 g; T.Zsírsav: 9.59 g	Fehérje: 13.38 g; Zsír: 11.34 g; T.Zsírsav: 5.66 g	Fehérje: 18.73 g; Zsír: 10.56 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 10.30 g; Zsír: 12.18 g; T.Zsírsav: 4.12 g	Fehérje: 19.12 g; Zsír: 10.56 g; T.Zsírsav: 3.58 g
		Szénhidrát: 108.75 g; Cukor: 18.00 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 111.63 g; Cukor: 15.17 g; Só: 2.87 g	Szénhidrát: 140.49 g; Cukor: 29.98 g; Só: 2.29 g	Szénhidrát: 115.55 g; Cukor: 15.80 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 131.71 g; Cukor: 21.20 g; Só: 2.31 g
				7	7,10,(12)	7,(12)

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(06000) Glutén,tej,tojás, OM,szója,zab	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog, Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 800.44 Kcal / 3,345.84 Kj	Energia: 572.48 Kcal / 2,392.97 Kj	Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj	Energia: 570.01 Kcal / 2,382.64 Kj	Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		24.86 g / 26.27 g / 9.59 g	13.38 g / 11.34 g / 5.66 g	8.59 g / 7.97 g / 1.38 g	9.85 g / 11.04 g / 5.85 g	9.01 g / 8.92 g / 1.49 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		108.73 g / 17.99 g / 1.43 g	111.61 g / 15.16 g / 2.87 g	140.37 g / 37.97 g / 1.89 g	115.24 g / 14.99 g / 2.30 g	139.48 g / 33.19 g / 1.91 g
						(12)
	(06010) GTTM, cukormentes	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)], Banán	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Rizstej, Diabetikus szilvalekváros[15], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 779.01 Kcal / 3,256.26 Kj	Energia: 532.85 Kcal / 2,227.31 Kj	Energia: 582.68 Kcal / 2,435.60 Kj	Energia: 530.38 Kcal / 2,216.99 Kj	Energia: 608.93 Kcal / 2,545.33 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		25.94 g / 28.07 g / 9.59 g	13.38 g / 11.34 g / 5.66 g	8.62 g / 8.92 g / 1.49 g	9.85 g / 11.04 g / 5.85 g	8.94 g / 8.95 g / 1.49 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		98.16 g / 0.81 g / 1.35 g	101.64 g / 5.18 g / 2.87 g	123.28 g / 16.99 g / 1.89 g	105.27 g / 5.01 g / 2.30 g	129.24 g / 16.99 g / 1.92 g
		10,15,(12)	15		15	15
	(06015) GM,TM,TO,szój,sert,marh,kók,OM	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Ketchuppal, Banán	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 800.96 Kcal / 3,348.01 Kj	Energia: 573.00 Kcal / 2,395.14 Kj	Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj	Energia: 570.53 Kcal / 2,384.82 Kj	Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		24.86 g / 26.27 g / 9.59 g	13.38 g / 11.34 g / 5.66 g	8.59 g / 7.97 g / 1.38 g	9.85 g / 11.04 g / 5.85 g	9.01 g / 8.92 g / 1.49 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		108.75 g / 18.00 g / 1.43 g	111.63 g / 15.17 g / 2.87 g	140.37 g / 37.97 g / 1.89 g	115.26 g / 15.00 g / 2.30 g	139.48 g / 33.19 g / 1.91 g
						(12)

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(06040) GTT,par,hüv,karf,káp,citr,kak	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog, Salátalevéllel, Banán	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllel	Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 769.12 Kcal / 3,214.92 Kj	Energia: 572.48 Kcal / 2,392.97 Kj	Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj	Energia: 562.49 Kcal / 2,351.21 Kj	Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		24.34 g / 26.17 g / 9.59 g	13.38 g / 11.34 g / 5.66 g	8.59 g / 7.97 g / 1.38 g	9.56 g / 10.98 g / 5.83 g	9.01 g / 8.92 g / 1.49 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		101.68 g / 10.79 g / 0.78 g	111.61 g / 15.16 g / 2.87 g	140.37 g / 37.97 g / 1.89 g	113.79 g / 14.99 g / 2.29 g	139.48 g / 33.19 g / 1.91 g
						(12)
	(06055) GTTM,szój,par,marha,szentjk	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Hot-dog, Mustárral [10,(12)], Banán	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllel	Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 818.64 Kcal / 3,421.92 Kj	Energia: 572.48 Kcal / 2,392.97 Kj	Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj	Energia: 562.49 Kcal / 2,351.21 Kj	Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		25.94 g / 28.07 g / 9.59 g	13.38 g / 11.34 g / 5.66 g	8.59 g / 7.97 g / 1.38 g	9.56 g / 10.98 g / 5.83 g	9.01 g / 8.92 g / 1.49 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		108.13 g / 10.79 g / 1.35 g	111.61 g / 15.16 g / 2.87 g	140.37 g / 37.97 g / 1.89 g	113.79 g / 14.99 g / 2.29 g	139.48 g / 33.19 g / 1.91 g
		10,(12)				(12)
	(06080) GM,TOM,búz,OM,szój,kiw,ban	Csipkebogyó tea, Főtt Bécsi rudacska, Gluténmentes pékáru, Ketchuppal, Alma	Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 850.49 Kcal / 3,555.05 Kj	Energia: 573.00 Kcal / 2,395.14 Kj	Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj	Energia: 570.53 Kcal / 2,384.82 Kj	Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		24.75 g / 29.58 g / 9.77 g	13.38 g / 11.34 g / 5.66 g	8.59 g / 7.97 g / 1.38 g	9.85 g / 11.04 g / 5.85 g	9.01 g / 8.92 g / 1.49 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		127.55 g / 22.20 g / 2.55 g	111.63 g / 15.17 g / 2.87 g	140.37 g / 37.97 g / 1.89 g	115.26 g / 15.00 g / 2.30 g	139.48 g / 33.19 g / 1.91 g
						(12)

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(06085) GM, TM, kuk, OM, szója,mangóM	Csipkebogyó tea, Hot-dog, Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 800.96 Kcal / 3,348.01 Kj			Energia: 573.00 Kcal / 2,395.14 Kj			Energia: 641.27 Kcal / 2,680.51 Kj			Energia: 570.01 Kcal / 2,382.64 Kj			Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24.86 g	26.27 g	9.59 g	13.38 g	11.34 g	5.66 g	8.59 g	7.97 g	1.38 g	9.85 g	11.04 g	5.85 g	9.01 g	8.92 g	1.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		108.75 g	18.00 g	1.43 g	111.63 g	15.17 g	2.87 g	140.37 g	37.97 g	1.89 g	115.24 g	14.99 g	2.30 g	139.48 g	33.19 g	1.91 g
														(12)		
	(06095) GTT,citr,hüv,mus,élM	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Főtt Bécsi rudacska, Élesztőmentes pékáru, Ketchuppal, Banán			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Élesztőmentes pékáru, Kígyóuborkával			Karamellás rizstej, Élesztőmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Padlizsánkrémes, Élesztőmentes pékáru, Paradicsommal			Rizstej, Szilvalekvár (12), Élesztőmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 654.44 Kcal / 2,735.56 Kj			Energia: 271.68 Kcal / 1,135.62 Kj			Energia: 340.47 Kcal / 1,423.16 Kj			Energia: 269.21 Kcal / 1,125.30 Kj			Energia: 349.89 Kcal / 1,462.54 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		21.22 g	25.27 g	9.39 g	8.50 g	7.48 g	5.28 g	3.71 g	4.11 g	1.00 g	4.97 g	7.18 g	5.47 g	4.13 g	5.06 g	1.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		81.23 g	17.59 g	1.08 g	39.51 g	10.56 g	1.34 g	68.27 g	33.37 g	0.36 g	43.14 g	10.39 g	0.77 g	67.38 g	28.59 g	0.38 g
														(12)		
	(06100) Glutén,TT, fruktózM	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)], Corn and Joy - sós			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sonkakrémes növényi szendvicskrémmel, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával			Rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllel			Rizstej, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 729.79 Kcal / 3,050.52 Kj			Energia: 532.85 Kcal / 2,227.31 Kj			Energia: 582.68 Kcal / 2,435.60 Kj			Energia: 522.86 Kcal / 2,185.55 Kj			Energia: 646.75 Kcal / 2,703.42 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		44.39 g	28.43 g	9.68 g	13.38 g	11.34 g	5.66 g	8.62 g	8.92 g	1.49 g	9.56 g	10.98 g	5.83 g	17.10 g	12.20 g	2.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		84.06 g	1.23 g	1.72 g	101.64 g	5.18 g	2.87 g	123.28 g	16.99 g	1.89 g	103.82 g	5.01 g	2.29 g	123.36 g	16.99 g	3.20 g
		10,15,(12)			15						15					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05700) GM BÚZA,árpa,rozs, zab,földimogyM	Vegyes gyümölcsleves [7], Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[3,9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[7], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával
		Energia: 818.46 Kcal / 3,421.16 Kj	Energia: 819.23 Kcal / 3,424.38 Kj	Energia: 760.18 Kcal / 3,177.55 Kj	Energia: 1,420.76 Kcal / 5,938.78 Kj	Energia: 944.68 Kcal / 3,948.76 Kj
		Fehérje: 28.47 g; Zsír: 34.56 g; T.Zsírsav: 8.57 g	Fehérje: 36.21 g; Zsír: 18.25 g; T.Zsírsav: 4.02 g	Fehérje: 36.85 g; Zsír: 22.32 g; T.Zsírsav: 3.62 g	Fehérje: 48.79 g; Zsír: 44.32 g; T.Zsírsav: 18.13 g	Fehérje: 47.88 g; Zsír: 21.80 g; T.Zsírsav: 3.43 g
		Szénhidrát: 100.14 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 125.00 g; Cukor: 12.17 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 101.37 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 204.87 g; Cukor: 62.05 g; Só: 4.25 g	Szénhidrát: 156.70 g; Cukor: 15.89 g; Só: 2.78 g
		7,15,(12)	3,7,9	7,9,10,(12)	7,15	9
	(05715) Glutén-, zeller,narancs,barack,OM	Vegyes gyümölcsleves [7], Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[7], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves, Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1], Gluténmentes pékáruval-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[7,15]	Vegyes zöldségkrémleves[7,9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával
		Energia: 818.46 Kcal / 3,421.16 Kj	Energia: 822.40 Kcal / 3,437.63 Kj	Energia: 760.28 Kcal / 3,177.97 Kj	Energia: 1,316.45 Kcal / 5,502.76 Kj	Energia: 935.73 Kcal / 3,911.35 Kj
		Fehérje: 28.47 g; Zsír: 34.56 g; T.Zsírsav: 8.57 g	Fehérje: 34.63 g; Zsír: 19.98 g; T.Zsírsav: 4.64 g	Fehérje: 36.87 g; Zsír: 22.52 g; T.Zsírsav: 3.64 g	Fehérje: 48.49 g; Zsír: 33.15 g; T.Zsírsav: 11.66 g	Fehérje: 47.33 g; Zsír: 22.97 g; T.Zsírsav: 4.34 g
		Szénhidrát: 100.14 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 123.52 g; Cukor: 12.20 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 101.02 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.03 g	Szénhidrát: 203.58 g; Cukor: 61.95 g; Só: 2.27 g	Szénhidrát: 150.26 g; Cukor: 15.94 g; Só: 2.26 g
		7,15,(12)	1,3,7,9	7,10,(12)	1,7,15	7,9
	(05720) Glutén-,parad.-,szója-,OM	Vegyes gyümölcsleves [7], Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves[3,9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[7], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával
		Energia: 818.46 Kcal / 3,421.16 Kj	Energia: 819.23 Kcal / 3,424.38 Kj	Energia: 760.18 Kcal / 3,177.55 Kj	Energia: 1,420.76 Kcal / 5,938.78 Kj	Energia: 944.68 Kcal / 3,948.76 Kj
		Fehérje: 28.47 g; Zsír: 34.56 g; T.Zsírsav: 8.57 g	Fehérje: 36.21 g; Zsír: 18.25 g; T.Zsírsav: 4.02 g	Fehérje: 36.85 g; Zsír: 22.32 g; T.Zsírsav: 3.62 g	Fehérje: 48.79 g; Zsír: 44.32 g; T.Zsírsav: 18.13 g	Fehérje: 47.88 g; Zsír: 21.80 g; T.Zsírsav: 3.43 g
		Szénhidrát: 100.14 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 125.00 g; Cukor: 12.17 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 101.37 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 204.87 g; Cukor: 62.05 g; Só: 4.25 g	Szénhidrát: 156.70 g; Cukor: 15.89 g; Só: 2.78 g
		7,15,(12)	3,7,9	7,9,10,(12)	7,15	9

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(05800) GM,TM,OM,hal,citrus,ep,man	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával
		Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj	Energia: 751.98 Kcal / 3,143.28 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj	Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj
		Fehérje: 26.57 g; Zsír: 28.86 g; T.Zsírsav: 5.25 g	Fehérje: 34.17 g; Zsír: 17.65 g; T.Zsírsav: 3.84 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 24.04 g; Zsír: 33.84 g; T.Zsírsav: 11.15 g	Fehérje: 47.89 g; Zsír: 23.66 g; T.Zsírsav: 5.05 g
		Szénhidrát: 97.44 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.92 g	Szénhidrát: 111.76 g; Cukor: 4.18 g; Só: 1.14 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 160.74 g; Cukor: 17.99 g; Só: 3.36 g	Szénhidrát: 158.33 g; Cukor: 16.03 g; Só: 2.96 g
		15,(12)	3	1,9,10,(12)	15	9
	(05810) GM,TM,mogy.HúsM	Vegyes gyümölcsleves, Zöldség pörkölt[9], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Zöldségvagdalttal, Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Növényi tejszines gombaragu, Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült brokkolival, Kölessel , Házi káposztasalátával
		Energia: 608.18 Kcal / 2,542.19 Kj	Energia: 769.64 Kcal / 3,217.10 Kj	Energia: 628.61 Kcal / 2,627.59 Kj	Energia: 913.99 Kcal / 3,820.48 Kj	Energia: 1,100.81 Kcal / 4,601.39 Kj
		Fehérje: 6.42 g; Zsír: 20.89 g; T.Zsírsav: 2.35 g	Fehérje: 21.48 g; Zsír: 15.82 g; T.Zsírsav: 2.10 g	Fehérje: 16.30 g; Zsír: 19.73 g; T.Zsírsav: 2.22 g	Fehérje: 18.50 g; Zsír: 18.72 g; T.Zsírsav: 3.41 g	Fehérje: 46.48 g; Zsír: 31.53 g; T.Zsírsav: 7.88 g
		Szénhidrát: 100.41 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.81 g	Szénhidrát: 132.85 g; Cukor: 4.45 g; Só: 5.52 g	Szénhidrát: 95.02 g; Cukor: 0.02 g; Só: 1.18 g	Szénhidrát: 165.70 g; Cukor: 17.95 g; Só: 1.37 g	Szénhidrát: 174.81 g; Cukor: 18.97 g; Só: 4.80 g
		9,15,(12)		9	1,7,9,15	9
	(05815) GM, TM, paradicsomM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával
		Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj	Energia: 751.98 Kcal / 3,143.28 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj	Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj
		Fehérje: 26.57 g; Zsír: 28.86 g; T.Zsírsav: 5.25 g	Fehérje: 34.17 g; Zsír: 17.65 g; T.Zsírsav: 3.84 g	Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 24.04 g; Zsír: 33.84 g; T.Zsírsav: 11.15 g	Fehérje: 47.89 g; Zsír: 23.66 g; T.Zsírsav: 5.05 g
		Szénhidrát: 97.44 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.92 g	Szénhidrát: 111.76 g; Cukor: 4.18 g; Só: 1.14 g	Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g	Szénhidrát: 160.74 g; Cukor: 17.99 g; Só: 3.36 g	Szénhidrát: 158.33 g; Cukor: 16.03 g; Só: 2.96 g
		15,(12)	3	1,9,10,(12)	15	9
	(05820) Glutén,tejmogy,piszt,natív cukorM	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával
		Energia: 718.46 Kcal / 3,003.16 Kj	Energia: 685.36 Kcal / 2,864.80 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj	Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj

	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	26.84 g	28.77 g	5.26 g	34.15 g	10.31 g	3.01 g	36.62 g	20.08 g	2.37 g	24.04 g	33.84 g	11.15 g	47.89 g	23.66 g	5.05 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	85.10 g	9.90 g	0.93 g	111.76 g	4.18 g	1.14 g	101.21 g	0.02 g	2.42 g	160.74 g	17.99 g	3.36 g	158.33 g	16.03 g	2.96 g
	15,(12)			3,15			1,9,10,(12)			15			9		
(05830) TM,BÚZA,rozs,kuk,feh.rizs,burg, OM							Kerti zöldségleves, Brokkolis csirkeragu TMGM, Párolt barna rizzsel, Alma						Vegyes zöldségkrémleves TMGM [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Édesítőszeres Káposztasalátával[15]		
	Energia: Kcal / 0.00 Kj			Energia: Kcal / 0.00 Kj			Energia: 731.41 Kcal / 3,057.29 Kj			Energia: Kcal / 0.00 Kj			Energia: 792.41 Kcal / 3,312.27 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	g	g	g	g	g	g	32.19 g	25.71 g	3.06 g	g	g	g	27.39 g	22.79 g	4.94 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	g	g	g	g	g	g	91.41 g	0.00 g	3.80 g	g	g	g	119.25 g	0.83 g	1.96 g
													9,15		
(05900) Gluténmentes	Vegyes gyümölcsleves [7], Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves[3,9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[7], Gluténmentes pékáruval-E			Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[7,15]			Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával		
	Energia: 818.46 Kcal / 3,421.16 Kj			Energia: 819.23 Kcal / 3,424.38 Kj			Energia: 760.18 Kcal / 3,177.55 Kj			Energia: 1,420.76 Kcal / 5,938.78 Kj			Energia: 944.68 Kcal / 3,948.76 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	28.47 g	34.56 g	8.57 g	36.21 g	18.25 g	4.02 g	36.85 g	22.32 g	3.62 g	48.79 g	44.32 g	18.13 g	47.88 g	21.80 g	3.43 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	100.14 g	24.89 g	0.99 g	125.00 g	12.17 g	1.43 g	101.37 g	0.02 g	2.44 g	204.87 g	62.05 g	4.25 g	156.70 g	15.89 g	2.78 g
	7,15,(12)			3,7,9			7,9,10,(12)			7,15			9		
(05905) GM,tojás, zellerM	Vegyes gyümölcsleves [7], Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel[7], Gluténmentes pékáruval-E			Kerti zöldségleves, Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves [1], Gluténmentes pékáruval-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[7,15]			Vegyes zöldségkrémleves[7,9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával		
	Energia: 818.46 Kcal / 3,421.16 Kj			Energia: 1,006.86 Kcal / 4,208.67 Kj			Energia: 760.28 Kcal / 3,177.97 Kj			Energia: 1,316.45 Kcal / 5,502.76 Kj			Energia: 935.73 Kcal / 3,911.35 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	28.47 g	34.56 g	8.57 g	32.30 g	36.73 g	9.60 g	36.87 g	22.52 g	3.64 g	48.49 g	33.15 g	11.66 g	47.33 g	22.97 g	4.34 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	100.14 g	24.89 g	0.99 g	132.27 g	12.47 g	1.70 g	101.02 g	0.00 g	2.03 g	203.58 g	61.95 g	2.27 g	150.26 g	15.94 g	2.26 g
	7,15,(12)			1,3,7,9			7,10,(12)			1,7,15			7,9		

(05910) GM,TO,rizs,kuk,burgonya	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Főtt tésztával Éden, Céklasalátával[15,(12)]	Zöldségleves [7,9], Kiskocka tésztával ÉDEN, Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[7]	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Kölessel , Alma	Jókai bableves , Kölesfelfújt(12), Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával
	Energia: 532.50 Kcal / 2,225.85 Kj	Energia: 590.00 Kcal / 2,466.20 Kj	Energia: 878.91 Kcal / 3,673.84 Kj	Energia: 1,127.78 Kcal / 4,714.12 Kj	Energia: 871.88 Kcal / 3,644.46 Kj
	Fehérje 24.10 g; Zsír 28.33 g; T.Zsírsav 5.13 g	Fehérje 32.54 g; Zsír 27.26 g; T.Zsírsav 5.72 g	Fehérje 42.55 g; Zsír 22.85 g; T.Zsírsav 4.42 g	Fehérje 29.87 g; Zsír 35.39 g; T.Zsírsav 12.98 g	Fehérje 28.78 g; Zsír 21.63 g; T.Zsírsav 3.41 g
	Szénhidrát 48.09 g; Cukor 31.95 g; Só 0.63 g	Szénhidrát 52.23 g; Cukor 8.23 g; Só 1.59 g	Szénhidrát 124.00 g; Cukor 0.02 g; Só 2.43 g	Szénhidrát 171.49 g; Cukor 58.05 g; Só 3.71 g	Szénhidrát 142.50 g; Cukor 15.68 g; Só 2.33 g
	15,(12)	3,7,9	7,9,10,(12)	7,15,(12)	9
(05915) Glutén- és tojásmentes	Vegyes gyümölcsleves [7], Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel[7], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Túrófelfújt[7], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával
	Energia: 818.46 Kcal / 3,421.16 Kj	Energia: 987.66 Kcal / 4,128.42 Kj	Energia: 760.18 Kcal / 3,177.55 Kj	Energia: 1,420.76 Kcal / 5,938.78 Kj	Energia: 944.68 Kcal / 3,948.76 Kj
	Fehérje 28.47 g; Zsír 34.56 g; T.Zsírsav 8.57 g	Fehérje 33.18 g; Zsír 34.99 g; T.Zsírsav 9.13 g	Fehérje 36.85 g; Zsír 22.32 g; T.Zsírsav 3.62 g	Fehérje 48.79 g; Zsír 44.32 g; T.Zsírsav 18.13 g	Fehérje 47.88 g; Zsír 21.80 g; T.Zsírsav 3.43 g
	Szénhidrát 100.14 g; Cukor 24.89 g; Só 0.99 g	Szénhidrát 130.62 g; Cukor 12.44 g; Só 1.20 g	Szénhidrát 101.37 g; Cukor 0.02 g; Só 2.44 g	Szénhidrát 204.87 g; Cukor 62.05 g; Só 4.25 g	Szénhidrát 156.70 g; Cukor 15.89 g; Só 2.78 g
	7,15,(12)	7	7,9,10,(12)	7,15	9
(06000) Glutén,tej,tojás, OM,szója,zab	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával
	Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj	Energia: 936.44 Kcal / 3,914.32 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj	Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj
	Fehérje 26.57 g; Zsír 28.86 g; T.Zsírsav 5.25 g	Fehérje 31.84 g; Zsír 34.40 g; T.Zsírsav 8.80 g	Fehérje 36.62 g; Zsír 20.08 g; T.Zsírsav 2.37 g	Fehérje 24.04 g; Zsír 33.84 g; T.Zsírsav 11.15 g	Fehérje 47.89 g; Zsír 23.66 g; T.Zsírsav 5.05 g
	Szénhidrát 97.44 g; Cukor 24.89 g; Só 0.92 g	Szénhidrát 120.51 g; Cukor 4.45 g; Só 1.15 g	Szénhidrát 101.21 g; Cukor 0.02 g; Só 2.42 g	Szénhidrát 160.74 g; Cukor 17.99 g; Só 3.36 g	Szénhidrát 158.33 g; Cukor 16.03 g; Só 2.96 g
	15,(12)		1,9,10,(12)	15	9
(06010) GTTM, cukormentes	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
	Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj	Energia: 869.82 Kcal / 3,635.85 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj	Energia: 903.52 Kcal / 3,776.71 Kj
	Fehérje 26.57 g; Zsír 28.86 g; T.Zsírsav 5.25 g	Fehérje 31.82 g; Zsír 27.06 g; T.Zsírsav 7.97 g	Fehérje 36.62 g; Zsír 20.08 g; T.Zsírsav 2.37 g	Fehérje 24.04 g; Zsír 33.84 g; T.Zsírsav 11.15 g	Fehérje 47.71 g; Zsír 23.56 g; T.Zsírsav 5.05 g

	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	97.44 g	24.89 g	0.92 g	120.51 g	4.45 g	1.15 g	101.21 g	0.02 g	2.42 g	160.74 g	17.99 g	3.36 g	142.67 g	1.04 g	2.96 g
	15,(12)			15			1,9,10,(12)			15			9,15		
(06015) GM,TM,TO,szój,sert,marh,kók,OM	Vegyes gyümölcsleves, Csirkepaprikás, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E			Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Kölesfelfújt[3], Tejmentes csokoládé sodóval			Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával		
	Energia: 1,008.70 Kcal / 4,216.37 Kj			Energia: 936.44 Kcal / 3,914.32 Kj			Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj			Energia: 1,560.52 Kcal / 6,522.97 Kj			Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	57.58 g	40.12 g	18.85 g	31.84 g	34.40 g	8.80 g	36.62 g	20.08 g	2.37 g	30.06 g	41.93 g	13.73 g	47.89 g	23.66 g	5.05 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	106.57 g	25.29 g	2.82 g	120.51 g	4.45 g	1.15 g	101.21 g	0.02 g	2.42 g	262.29 g	70.74 g	3.77 g	158.33 g	16.03 g	2.96 g
	15,(12)						1,9,10,(12)			3			9		
(06020) GM,TM,TO,par,OM,citr,bors,repc	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E			Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval			Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával		
	Energia: 831.13 Kcal / 3,474.12 Kj			Energia: 936.44 Kcal / 3,914.32 Kj			Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj			Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj			Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	24.48 g	35.65 g	9.88 g	31.84 g	34.40 g	8.80 g	36.62 g	20.08 g	2.37 g	24.04 g	33.84 g	11.15 g	47.89 g	23.66 g	5.05 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	104.92 g	24.91 g	1.27 g	120.51 g	4.45 g	1.15 g	101.21 g	0.02 g	2.42 g	160.74 g	17.99 g	3.36 g	158.33 g	16.03 g	2.96 g
	1,15,(12)						1,9,10,(12)			15			9		
(06025) GTT,káp,csics,citr,kör,barack,OM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Burgonyapürével			Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval			Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Uborkasalátával		
	Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj			Energia: 675.06 Kcal / 2,821.75 Kj			Energia: 796.94 Kcal / 3,331.21 Kj			Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj			Energia: 907.16 Kcal / 3,791.93 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	26.57 g	28.86 g	5.25 g	23.21 g	31.33 g	9.47 g	36.58 g	27.46 g	2.81 g	24.04 g	33.84 g	11.15 g	47.11 g	23.46 g	5.77 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	97.44 g	24.89 g	0.92 g	71.56 g	2.65 g	1.01 g	99.91 g	0.00 g	2.03 g	160.74 g	17.99 g	3.36 g	144.67 g	7.46 g	3.75 g
	15,(12)						1,9,10,(12)			15			9		
(06030) GM,TTM,rizs,OM,	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E			Kerti zöldségleves[9], Brokkolis csirkeragu TMGM, Kölessel , Alma			Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval			Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Uborkasalátával		

káp,pap,kömény M	Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj Fehérje: 26.57 g; Zsír: 28.86 g; T.Zsírsav: 5.25 g Szénhidrát: 97.44 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.92 g 15,(12)	Energia: 936.44 Kcal / 3,914.32 Kj Fehérje: 31.84 g; Zsír: 34.40 g; T.Zsírsav: 8.80 g Szénhidrát: 120.51 g; Cukor: 4.45 g; Só: 1.15 g	Energia: 845.95 Kcal / 3,536.07 Kj Fehérje: 39.68 g; Zsír: 23.84 g; T.Zsírsav: 3.52 g Szénhidrát: 116.47 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.80 g 9	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj Fehérje: 24.04 g; Zsír: 33.84 g; T.Zsírsav: 11.15 g Szénhidrát: 160.74 g; Cukor: 17.99 g; Só: 3.36 g 15	Energia: 907.16 Kcal / 3,791.93 Kj Fehérje: 47.11 g; Zsír: 23.46 g; T.Zsírsav: 5.77 g Szénhidrát: 144.67 g; Cukor: 7.46 g; Só: 3.75 g 9
(06040) GTT,par,hüv,karf,káp,citr,kak	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)] Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj Fehérje: 26.57 g; Zsír: 28.86 g; T.Zsírsav: 5.25 g Szénhidrát: 97.44 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.92 g 15,(12)	Vajgaluskaleves , Burgonyafőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E, Fasírt GMTM Energia: 1,082.47 Kcal / 4,524.72 Kj Fehérje: 26.20 g; Zsír: 40.46 g; T.Zsírsav: 9.55 g Szénhidrát: 148.61 g; Cukor: 4.45 g; Só: 1.34 g	Kerti zöldségleves, Növényi-tejszínes csirkeragu, Párolt rizzsel, Alma Energia: 708.65 Kcal / 2,962.16 Kj Fehérje: 35.12 g; Zsír: 21.66 g; T.Zsírsav: 2.55 g Szénhidrát: 91.87 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.94 g	Sertésraguleves, Növényi túrófelfújt[15], Vanília sodóval[1] Energia: 595.69 Kcal / 2,489.98 Kj Fehérje: 18.16 g; Zsír: 31.99 g; T.Zsírsav: 7.48 g Szénhidrát: 58.61 g; Cukor: 7.84 g; Só: 2.23 g 1,15	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Céklasalátával [15,(12)] Energia: 902.25 Kcal / 3,771.41 Kj Fehérje: 47.40 g; Zsír: 23.46 g; T.Zsírsav: 5.02 g Szénhidrát: 142.85 g; Cukor: 6.94 g; Só: 2.93 g 9,15,(12)
(06050) GTT,borsó,banánszójaM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)] Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj Fehérje: 26.57 g; Zsír: 28.86 g; T.Zsírsav: 5.25 g Szénhidrát: 97.44 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.92 g 15,(12)	Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Burgonyafőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E Energia: 1,009.57 Kcal / 4,220.00 Kj Fehérje: 25.50 g; Zsír: 36.46 g; T.Zsírsav: 8.70 g Szénhidrát: 140.61 g; Cukor: 4.45 g; Só: 1.14 g	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g 1,9,10,(12)	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj Fehérje: 24.04 g; Zsír: 33.84 g; T.Zsírsav: 11.15 g Szénhidrát: 160.74 g; Cukor: 17.99 g; Só: 3.36 g 15	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj Fehérje: 47.89 g; Zsír: 23.66 g; T.Zsírsav: 5.05 g Szénhidrát: 158.33 g; Cukor: 16.03 g; Só: 2.96 g 9
(06055) GTTM,szój,par,marha,szentjk	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)] Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj Fehérje: 26.57 g; Zsír: 28.86 g; T.Zsírsav: 5.25 g Szénhidrát: 97.44 g; Cukor: 24.89 g; Só: 0.92 g 15,(12)	Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E Energia: 936.44 Kcal / 3,914.32 Kj Fehérje: 31.84 g; Zsír: 34.40 g; T.Zsírsav: 8.80 g Szénhidrát: 120.51 g; Cukor: 4.45 g; Só: 1.15 g	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj Fehérje: 36.62 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 2.37 g Szénhidrát: 101.21 g; Cukor: 0.02 g; Só: 2.42 g 1,9,10,(12)	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj Fehérje: 24.04 g; Zsír: 33.84 g; T.Zsírsav: 11.15 g Szénhidrát: 160.74 g; Cukor: 17.99 g; Só: 3.36 g 15	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj Fehérje: 47.89 g; Zsír: 23.66 g; T.Zsírsav: 5.05 g Szénhidrát: 158.33 g; Cukor: 16.03 g; Só: 2.96 g 9
(06065)	Vegyes gyümölcsleves,		Kerti zöldségleves[9],	Sertésraguleves[9],	Almás zellerkrémleves

GTTM,hüv,burg, káp	Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Zöldségleves[9], Levesbetéttel Éden, Fasírt GMTM, Cukkinifőzelékkel	Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	[9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Céklasalátával [15,(12)]
	Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj	Energia: 635.53 Kcal / 2,656.52 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 669.83 Kcal / 2,799.89 Kj	Energia: 902.25 Kcal / 3,771.41 Kj
	Fehérje 26.57 g; Zsír 28.86 g; T.Zsírsav 5.25 g; Szénhidrát 97.44 g; Cukor 24.89 g; Só 0.92 g	Fehérje 21.56 g; Zsír 39.42 g; T.Zsírsav 9.13 g; Szénhidrát 45.66 g; Cukor 1.27 g; Só 1.14 g	Fehérje 36.62 g; Zsír 20.08 g; T.Zsírsav 2.37 g; Szénhidrát 101.21 g; Cukor 0.02 g; Só 2.42 g	Fehérje 17.98 g; Zsír 33.48 g; T.Zsírsav 7.24 g; Szénhidrát 73.44 g; Cukor 13.89 g; Só 2.47 g	Fehérje 47.40 g; Zsír 23.46 g; T.Zsírsav 5.02 g; Szénhidrát 142.85 g; Cukor 6.94 g; Só 2.93 g
	15,(12)	9	1,9,10,(12)	9,15	9,15,(12)
(06070) GM,TM,To, egyéni hisztamin	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspaprikás, Petrezselymes burgonyával, Kígyóuborkával	Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[10,(12)], Jázmin rizzsel, Alma	Jókai bableves , Sertéspörkölt, Pirított kockaburgonyával, Salátalevéllel	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült sertés szelet, Jázmin rizzsel, Kígyóuborkával
	Energia: 699.11 Kcal / 2,922.28 Kj	Energia: 660.65 Kcal / 2,761.52 Kj	Energia: 806.69 Kcal / 3,371.96 Kj	Energia: 1,076.92 Kcal / 4,501.53 Kj	Energia: 867.66 Kcal / 3,626.82 Kj
	Fehérje 29.56 g; Zsír 27.90 g; T.Zsírsav 5.40 g; Szénhidrát 84.30 g; Cukor 15.16 g; Só 0.66 g	Fehérje 30.24 g; Zsír 34.00 g; T.Zsírsav 8.76 g; Szénhidrát 55.15 g; Cukor 0.45 g; Só 1.10 g	Fehérje 37.23 g; Zsír 24.06 g; T.Zsírsav 2.85 g; Szénhidrát 108.63 g; Cukor 0.02 g; Só 2.42 g	Fehérje 48.42 g; Zsír 56.45 g; T.Zsírsav 15.87 g; Szénhidrát 89.95 g; Cukor 2.60 g; Só 3.73 g	Fehérje 33.61 g; Zsír 34.14 g; T.Zsírsav 7.72 g; Szénhidrát 108.75 g; Cukor 1.00 g; Só 2.43 g
			9,10,(12)		9
(06080) GM,TOM,búz,OM ,szój,kiw,ban	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Burgonyafőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves, Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával
	Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj	Energia: 1,082.47 Kcal / 4,524.72 Kj	Energia: 738.55 Kcal / 3,087.14 Kj	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj	Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj
	Fehérje 26.57 g; Zsír 28.86 g; T.Zsírsav 5.25 g; Szénhidrát 97.44 g; Cukor 24.89 g; Só 0.92 g	Fehérje 26.20 g; Zsír 40.46 g; T.Zsírsav 9.55 g; Szénhidrát 148.61 g; Cukor 4.45 g; Só 1.34 g	Fehérje 36.64 g; Zsír 20.28 g; T.Zsírsav 2.39 g; Szénhidrát 100.86 g; Cukor 0.00 g; Só 2.01 g	Fehérje 24.04 g; Zsír 33.84 g; T.Zsírsav 11.15 g; Szénhidrát 160.74 g; Cukor 17.99 g; Só 3.36 g	Fehérje 47.89 g; Zsír 23.66 g; T.Zsírsav 5.05 g; Szénhidrát 158.33 g; Cukor 16.03 g; Só 2.96 g
	15,(12)		1,10,(12)	15	9
(06085) GM, TM, kuk, OM, szója,mangóM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Főtt tésztával Éden, Céklasalátával[15,(12)]	Levesbetéttel Éden, Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E, Zöldségleves [7,9]	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Alma	Jókai bableves , Gluténmentes pékáruval-E, Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval	Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával
	Energia: 532.50 Kcal / 2,225.85 Kj	Energia: 1,002.42 Kcal / 4,190.12 Kj	Energia: 738.45 Kcal / 3,086.72 Kj	Energia: 1,052.62 Kcal / 4,399.95 Kj	Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj
	Fehérje 24.10 g; Zsír 28.33 g; T.Zsírsav 5.13 g; Szénhidrát; Cukor; Só	Fehérje 30.58 g; Zsír 43.85 g; T.Zsírsav 10.39 g; Szénhidrát; Cukor; Só	Fehérje 36.62 g; Zsír 20.08 g; T.Zsírsav 2.37 g; Szénhidrát; Cukor; Só	Fehérje 24.04 g; Zsír 33.84 g; T.Zsírsav 11.15 g; Szénhidrát; Cukor; Só	Fehérje 47.89 g; Zsír 23.66 g; T.Zsírsav 5.05 g; Szénhidrát; Cukor; Só

	48.09 g	31.95 g	0.63 g	116.90 g	4.52 g	1.60 g	101.21 g	0.02 g	2.42 g	160.74 g	17.99 g	3.36 g	158.33 g	16.03 g	2.96 g
	15,(12)			7,9			1,9,10,(12)			15			9		
(06090) GTTM,szój,citr,OM,nolajM	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával, Céklasalátával[15,(12)]			Kukoricagaluska-leves TOGM[9], Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[15], Házi élesztőmentes zsemle-Tündérmanna			Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[10,(12)], Párolt rizzsel, Alma			Jókai bableves , Házi élesztőmentes zsemle-Tündérmanna, Növényi túrófelfújt[15], Csokoládé öntettel[7,15]			Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Kölessel , Házi káposztasalátával		
	Energia: 608.46 Kcal / 2,543.36 Kj			Energia: 856.24 Kcal / 3,579.08 Kj			Energia: 925.53 Kcal / 3,868.72 Kj			Energia: 991.42 Kcal / 4,144.14 Kj			Energia: 662.00 Kcal / 2,767.16 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	29.97 g	25.44 g	5.26 g	35.47 g	34.63 g	8.70 g	38.39 g	32.41 g	3.40 g	29.92 g	41.83 g	13.60 g	23.08 g	19.29 g	2.82 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	67.13 g	8.90 g	0.85 g	93.60 g	0.40 g	3.17 g	118.95 g	0.00 g	1.73 g	119.57 g	15.69 g	4.95 g	101.25 g	15.68 g	2.33 g
	15,(12)			1,3,9,15			9,10,(12)			7,15			9		
(06095) GTT,citr,hüv,mus,élM	Vegyes gyümölcsleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával[15,(12)]			Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Burgonyafőzelékkel, Élesztőmentes pékáruval-E			Kerti zöldségleves, Növényi-tejszínes csirkeragu, Párolt rizzsel, Alma			Sertésraguleves[9], Növényi túrófelfújt[15], Tejmentes csokoládé sodóval			Almás zellerkrémleves [9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Házi káposztasalátával		
	Energia: 748.43 Kcal / 3,128.44 Kj			Energia: 910.10 Kcal / 3,804.22 Kj			Energia: 708.65 Kcal / 2,962.16 Kj			Energia: 669.83 Kcal / 2,799.89 Kj			Energia: 968.13 Kcal / 4,046.78 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	26.57 g	28.86 g	5.25 g	25.20 g	40.21 g	9.53 g	35.12 g	21.66 g	2.55 g	17.98 g	33.48 g	7.24 g	47.89 g	23.66 g	5.05 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	97.44 g	24.89 g	0.92 g	107.76 g	1.95 g	1.31 g	91.87 g	0.00 g	0.94 g	73.44 g	13.89 g	2.47 g	158.33 g	16.03 g	2.96 g
	15,(12)									9,15			9		
(06100) Glutén,TT, fruktózM	Zöldségleves, Sertéspörkölt, Tarhonyával , Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]			Vajgaluskaleves , Fasírt GMTM, Burgonyafőzelékkel, Gluténmentes pékáruval-E			Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt rizzsel, Corn and Joy - sós			Sertésraguleves[9], Növényi túrófelfújt[15], Csokoládé sodóval[15]			Zellerkrémleves[9], Corn and Joy - sós, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Édesítőszeres Káposztasalátával[15]		
	Energia: 766.55 Kcal / 3,204.18 Kj			Energia: 1,082.47 Kcal / 4,524.72 Kj			Energia: 773.93 Kcal / 3,235.03 Kj			Energia: 579.16 Kcal / 2,420.89 Kj			Energia: 878.35 Kcal / 3,671.50 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	27.58 g	37.98 g	6.45 g	26.20 g	40.46 g	9.55 g	56.19 g	18.74 g	2.31 g	17.93 g	31.77 g	7.03 g	47.35 g	21.53 g	4.84 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	77.18 g	9.90 g	2.87 g	148.61 g	4.45 g	1.34 g	110.98 g	0.43 g	2.76 g	55.34 g	0.20 g	2.47 g	138.84 g	1.04 g	2.17 g
	15,(12)						1,9,10,(12)			9,15			9,15		

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(05700) GM BÚZA,árpa,rozs, zab,földimogyM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 604.37 Kcal / 2,526.27 Kj			Energia: 598.78 Kcal / 2,502.90 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.96 g	20.90 g	8.32 g	10.78 g	20.27 g	9.74 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	101.45 g	5.26 g	1.91 g	100.42 g	5.00 g	2.35 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
								7			7					
	(05715) Glutén-, zeller,narancs,barack,OM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 604.37 Kcal / 2,526.27 Kj			Energia: 598.78 Kcal / 2,502.90 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.96 g	20.90 g	8.32 g	10.78 g	20.27 g	9.74 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	101.45 g	5.26 g	1.91 g	100.42 g	5.00 g	2.35 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
								7			7					
	(05720) Glutén-,parad.-,szója-,OM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 604.37 Kcal / 2,526.27 Kj			Energia: 598.78 Kcal / 2,502.90 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.96 g	20.90 g	8.32 g	10.78 g	20.27 g	9.74 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	101.45 g	5.26 g	1.91 g	100.42 g	5.00 g	2.35 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
								7			7					
	(05800) GM,TM,OM,hal,citrus,ep,man	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.40 g	14.50 g	8.99 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	103.25 g	5.26 g	2.54 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(05810) GM,TM,mogy.HúsM	Violife növényi sajt szelettel, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Pritamin Paprikával		
		Energia: 552.30 Kcal / 2,308.61 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 552.24 Kcal / 2,308.36 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		9.05 g	13.11 g	7.18 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.40 g	14.50 g	8.99 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	9.44 g	14.58 g	8.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		106.87 g	5.54 g	2.57 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	103.25 g	5.26 g	2.54 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	103.40 g	5.00 g	2.52 g
	(05815) GM, TM, paradicsomM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.40 g	14.50 g	8.99 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	103.25 g	5.26 g	2.54 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
	(05820) Glutén,tejmogy,piszt,natív cukorM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.40 g	14.50 g	8.99 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	103.25 g	5.26 g	2.54 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
	(05900) Gluténmentes	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 604.37 Kcal / 2,526.27 Kj			Energia: 598.78 Kcal / 2,502.90 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.96 g	20.90 g	8.32 g	10.78 g	20.27 g	9.74 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	101.45 g	5.26 g	1.91 g	100.42 g	5.00 g	2.35 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
								7			7					

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(05905) GM,tojás, zellerM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 604.37 Kcal / 2,526.27 Kj			Energia: 598.78 Kcal / 2,502.90 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.96 g	20.90 g	8.32 g	10.78 g	20.27 g	9.74 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	101.45 g	5.26 g	1.91 g	100.42 g	5.00 g	2.35 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
								7			7					
	(05915) Glutén- és tojásmentes	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 604.37 Kcal / 2,526.27 Kj			Energia: 598.78 Kcal / 2,502.90 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.96 g	20.90 g	8.32 g	10.78 g	20.27 g	9.74 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	101.45 g	5.26 g	1.91 g	100.42 g	5.00 g	2.35 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
								7			7					
	(06000) Glutén,tej,tojás, OM,szója,zab	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.40 g	14.50 g	8.99 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	103.25 g	5.26 g	2.54 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
	(06010) GTTM, cukormentes	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.40 g	14.50 g	8.99 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	103.25 g	5.26 g	2.54 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(06015) GM,TM,TO,szój,sert,marh,kók,OM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Pulykamell sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Baromfi párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 507.19 Kcal / 2,120.05 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	15.77 g	7.22 g	1.52 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	102.34 g	5.26 g	2.76 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
	(06040) GTT,par,hüv,karf,káp,citr,kak	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Sós perec			Pulykamell sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj			Energia: 507.19 Kcal / 2,120.05 Kj			Energia: 457.33 Kcal / 1,911.64 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	1.26 g	2.10 g	0.07 g	15.77 g	7.22 g	1.52 g	8.53 g	6.06 g	1.14 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	45.29 g	2.38 g	3.04 g	102.34 g	5.26 g	2.76 g	99.61 g	5.00 g	1.89 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
	(06055) GTTM,szój,par,marha,szentjk	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 462.98 Kcal / 1,935.26 Kj			Energia: 457.33 Kcal / 1,911.64 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	8.97 g	6.10 g	1.15 g	8.53 g	6.06 g	1.14 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	100.66 g	5.26 g	1.91 g	99.61 g	5.00 g	1.89 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g
	(06080) GM,TOM,búz,OM,szój,kiw,ban	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Áfonyás háromszög			Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj			Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj			Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj			Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj			Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.49 g	9.46 g	2.29 g	0.55 g	5.90 g	2.30 g	9.40 g	14.50 g	8.99 g	8.96 g	14.46 g	8.98 g	13.77 g	13.46 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100.89 g	5.00 g	3.20 g	21.75 g	3.55 g	0.50 g	103.25 g	5.26 g	2.54 g	102.20 g	5.00 g	2.52 g	100.89 g	5.00 g	2.80 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(06085) GM, TM, kuk, OM, szója,mangóM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Áfonyás háromszög	Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj	Energia: 155.10 Kcal / 648.32 Kj	Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj	Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj	Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj
		Fehérje: 17.49 g; Zsír: 9.46 g; T.Zsírsav: 2.29 g	Fehérje: 0.55 g; Zsír: 5.90 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 9.40 g; Zsír: 14.50 g; T.Zsírsav: 8.99 g	Fehérje: 8.96 g; Zsír: 14.46 g; T.Zsírsav: 8.98 g	Fehérje: 13.77 g; Zsír: 13.46 g; T.Zsírsav: 3.89 g
		Szénhidrát: 100.89 g; Cukor: 5.00 g; Só: 3.20 g	Szénhidrát: 21.75 g; Cukor: 3.55 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 103.25 g; Cukor: 5.26 g; Só: 2.54 g	Szénhidrát: 102.20 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 100.89 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.80 g
	(06095) GTT,citr,hüv,mus,élM	Szendvics sonkás, Élesztőmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Élesztőmentes pékáru	Növényi szendvicskrémes, Élesztőmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Élesztőmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 228.44 Kcal / 954.88 Kj	Energia: 207.28 Kcal / 866.43 Kj	Energia: 249.25 Kcal / 1,041.87 Kj	Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj	Energia: 249.66 Kcal / 1,043.58 Kj
		Fehérje: 12.61 g; Zsír: 5.60 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 6.48 g; Zsír: 6.50 g; T.Zsírsav: 2.35 g	Fehérje: 4.52 g; Zsír: 10.64 g; T.Zsírsav: 8.61 g	Fehérje: 8.96 g; Zsír: 14.46 g; T.Zsírsav: 8.98 g	Fehérje: 8.89 g; Zsír: 9.60 g; T.Zsírsav: 3.51 g
		Szénhidrát: 28.79 g; Cukor: 0.40 g; Só: 1.67 g	Szénhidrát: 27.67 g; Cukor: 0.40 g; Só: 0.58 g	Szénhidrát: 31.15 g; Cukor: 0.66 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 102.20 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 28.79 g; Cukor: 0.40 g; Só: 1.27 g
	(06100) Glutén,TT, fruktózM	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Sós perec	Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 529.24 Kcal / 2,212.22 Kj	Energia: 207.90 Kcal / 869.02 Kj	Energia: 550.05 Kcal / 2,299.21 Kj	Energia: 544.40 Kcal / 2,275.59 Kj	Energia: 550.46 Kcal / 2,300.92 Kj
		Fehérje: 17.49 g; Zsír: 9.46 g; T.Zsírsav: 2.29 g	Fehérje: 1.26 g; Zsír: 2.10 g; T.Zsírsav: 0.07 g	Fehérje: 9.40 g; Zsír: 14.50 g; T.Zsírsav: 8.99 g	Fehérje: 8.96 g; Zsír: 14.46 g; T.Zsírsav: 8.98 g	Fehérje: 13.77 g; Zsír: 13.46 g; T.Zsírsav: 3.89 g
		Szénhidrát: 100.89 g; Cukor: 5.00 g; Só: 3.20 g	Szénhidrát: 45.29 g; Cukor: 2.38 g; Só: 3.04 g	Szénhidrát: 103.25 g; Cukor: 5.26 g; Só: 2.54 g	Szénhidrát: 102.20 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 100.89 g; Cukor: 5.00 g; Só: 2.80 g
Vacsora	(05800) GM,TM,OM,hal,citrus,ep,man	Almalé 100%, Rakott brokkoli rizzsel	Ásványvíz, Óvári sertésszelet, Tört burgonyával	Almalé 100%, Hamburger	Ásványvíz, Pizzaszelet TGM	Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[10, (12)], Főtt tésztával
		Energia: 553.97 Kcal / 2,315.59 Kj	Energia: 705.49 Kcal / 2,948.95 Kj	Energia: 309.70 Kcal / 1,294.55 Kj	Energia: 445.22 Kcal / 1,861.02 Kj	Energia: 570.02 Kcal / 2,382.68 Kj
		Fehérje: 24.62 g; Zsír: 31.44 g; T.Zsírsav: 11.34 g	Fehérje: 36.22 g; Zsír: 35.94 g; T.Zsírsav: 11.18 g	Fehérje: 14.73 g; Zsír: 8.60 g; T.Zsírsav: 2.96 g	Fehérje: 16.06 g; Zsír: 19.56 g; T.Zsírsav: 11.58 g	Fehérje: 25.12 g; Zsír: 19.17 g; T.Zsírsav: 2.57 g
		Szénhidrát: 42.95 g; Cukor: 3.50 g; Só: 3.20 g	Szénhidrát: 57.63 g; Cukor: 0.45 g; Só: 4.72 g	Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 9.40 g; Só: 2.79 g	Szénhidrát: 51.02 g; Cukor: 3.13 g; Só: 4.76 g	Szénhidrát: 73.41 g; Cukor: 11.05 g; Só: 1.61 g

10,(12)

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Vacsora	**(05900) Gluténmentes**	Almalé 100%, Rakott brokkoli rizzsel			Ásványvíz, Óvári sertésszelet, Tört burgonyával(7)			Almalé 100%, Hamburger			Ásványvíz, Pizzaszelet GM[7]			Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Főtt tésztával		
		Energia: 553.97 Kcal / 2,315.59 Kj			Energia: 763.77 Kcal / 3,192.56 Kj			Energia: 994.79 Kcal / 4,158.22 Kj			Energia: 484.31 Kcal / 2,024.42 Kj			Energia: 608.42 Kcal / 2,543.20 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24.62 g	31.44 g	11.34 g	36.23 g	42.34 g	12.81 g	109.91 g	41.84 g	14.67 g	29.29 g	21.96 g	10.49 g	25.96 g	22.47 g	4.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		42.95 g	3.50 g	3.20 g	57.66 g	0.45 g	4.82 g	40.87 g	9.40 g	1.95 g	42.10 g	3.03 g	4.83 g	74.70 g	11.05 g	1.65 g
					(7)						7			7,10,(12)		
	(05915) Glutén- és tojásmentes	Almalé 100%, Rakott brokkoli rizzsel			Ásványvíz, Óvári sertésszelet, Tört burgonyával(7)			Almalé 100%, Hamburger			Ásványvíz, Pizzaszelet GM[7]			Almalé 100%, Mézes-mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Főtt tésztával		
		Energia: 553.97 Kcal / 2,315.59 Kj			Energia: 763.77 Kcal / 3,192.56 Kj			Energia: 994.79 Kcal / 4,158.22 Kj			Energia: 484.31 Kcal / 2,024.42 Kj			Energia: 608.42 Kcal / 2,543.20 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24.62 g	31.44 g	11.34 g	36.23 g	42.34 g	12.81 g	109.91 g	41.84 g	14.67 g	29.29 g	21.96 g	10.49 g	25.96 g	22.47 g	4.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		42.95 g	3.50 g	3.20 g	57.66 g	0.45 g	4.82 g	40.87 g	9.40 g	1.95 g	42.10 g	3.03 g	4.83 g	74.70 g	11.05 g	1.65 g
					(7)						7			7,10,(12)		

.....

Élelmezésvezető

Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	**(06110) Diab. 80-80-80 g CH H-V**	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal
		Energia: 559.22 Kcal / 2,337.54 Kj	Energia: 552.87 Kcal / 2,311.00 Kj	Energia: 578.90 Kcal / 2,419.80 Kj	Energia: 568.18 Kcal / 2,374.99 Kj	Energia: 482.50 Kcal / 2,016.85 Kj
		Fehérje: 15.64 g; Zsír: 17.93 g; T.Zsírsav: 9.95 g	Fehérje: 18.93 g; Zsír: 16.05 g; T.Zsírsav: 5.93 g	Fehérje: 15.01 g; Zsír: 20.08 g; T.Zsírsav: 7.60 g	Fehérje: 14.92 g; Zsír: 18.65 g; T.Zsírsav: 8.52 g	Fehérje: 21.93 g; Zsír: 7.01 g; T.Zsírsav: 2.50 g
		Szénhidrát: 78.27 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.69 g	Szénhidrát: 77.62 g; Cukor: 0.01 g; Só: 3.91 g	Szénhidrát: 78.91 g; Cukor: 0.80 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 79.49 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.23 g	Szénhidrát: 77.56 g; Cukor: 0.00 g; Só: 3.54 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
	(06130) Diab. 30-25-70-25-50 g CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje: 7.30 g; Zsír: 16.36 g; T.Zsírsav: 9.46 g	Fehérje: 10.59 g; Zsír: 14.48 g; T.Zsírsav: 5.44 g	Fehérje: 6.67 g; Zsír: 18.51 g; T.Zsírsav: 7.11 g	Fehérje: 6.58 g; Zsír: 17.08 g; T.Zsírsav: 8.03 g	Fehérje: 13.59 g; Zsír: 5.44 g; T.Zsírsav: 2.01 g
		Szénhidrát: 30.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.31 g	Szénhidrát: 29.55 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.53 g	Szénhidrát: 30.84 g; Cukor: 0.80 g; Só: 0.88 g	Szénhidrát: 31.42 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.85 g	Szénhidrát: 29.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
	(06140) Diab. 30-65-50 g CH R-E-V	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje: 7.30 g; Zsír: 16.36 g; T.Zsírsav: 9.46 g	Fehérje: 10.59 g; Zsír: 14.48 g; T.Zsírsav: 5.44 g	Fehérje: 6.67 g; Zsír: 18.51 g; T.Zsírsav: 7.11 g	Fehérje: 6.58 g; Zsír: 17.08 g; T.Zsírsav: 8.03 g	Fehérje: 13.59 g; Zsír: 5.44 g; T.Zsírsav: 2.01 g
		Szénhidrát: 30.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.31 g	Szénhidrát: 29.55 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.53 g	Szénhidrát: 30.84 g; Cukor: 0.80 g; Só: 0.88 g	Szénhidrát: 31.42 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.85 g	Szénhidrát: 29.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(06160) Diab. 30-20-60-20-30 g CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje 7.30 g; Zsír 16.36 g; T.Zsírsav 9.46 g	Fehérje 10.59 g; Zsír 14.48 g; T.Zsírsav 5.44 g	Fehérje 6.67 g; Zsír 18.51 g; T.Zsírsav 7.11 g	Fehérje 6.58 g; Zsír 17.08 g; T.Zsírsav 8.03 g	Fehérje 13.59 g; Zsír 5.44 g; T.Zsírsav 2.01 g
		Szénhidrát 30.20 g; Cukor 0.00 g; Só 1.31 g	Szénhidrát 29.55 g; Cukor 0.01 g; Só 2.53 g	Szénhidrát 30.84 g; Cukor 0.80 g; Só 0.88 g	Szénhidrát 31.42 g; Cukor 0.01 g; Só 0.85 g	Szénhidrát 29.49 g; Cukor 0.00 g; Só 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
	(06170) Diab. 30-15-60-15-50 g CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje 7.30 g; Zsír 16.36 g; T.Zsírsav 9.46 g	Fehérje 10.59 g; Zsír 14.48 g; T.Zsírsav 5.44 g	Fehérje 6.67 g; Zsír 18.51 g; T.Zsírsav 7.11 g	Fehérje 6.58 g; Zsír 17.08 g; T.Zsírsav 8.03 g	Fehérje 13.59 g; Zsír 5.44 g; T.Zsírsav 2.01 g
		Szénhidrát 30.20 g; Cukor 0.00 g; Só 1.31 g	Szénhidrát 29.55 g; Cukor 0.01 g; Só 2.53 g	Szénhidrát 30.84 g; Cukor 0.80 g; Só 0.88 g	Szénhidrát 31.42 g; Cukor 0.01 g; Só 0.85 g	Szénhidrát 29.49 g; Cukor 0.00 g; Só 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
	(06180) Diab.30-15-60-15-40 CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje 7.30 g; Zsír 16.36 g; T.Zsírsav 9.46 g	Fehérje 10.59 g; Zsír 14.48 g; T.Zsírsav 5.44 g	Fehérje 6.67 g; Zsír 18.51 g; T.Zsírsav 7.11 g	Fehérje 6.58 g; Zsír 17.08 g; T.Zsírsav 8.03 g	Fehérje 13.59 g; Zsír 5.44 g; T.Zsírsav 2.01 g
		Szénhidrát 30.20 g; Cukor 0.00 g; Só 1.31 g	Szénhidrát 29.55 g; Cukor 0.01 g; Só 2.53 g	Szénhidrát 30.84 g; Cukor 0.80 g; Só 0.88 g	Szénhidrát 31.42 g; Cukor 0.01 g; Só 0.85 g	Szénhidrát 29.49 g; Cukor 0.00 g; Só 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
	(06200) Diab. 35-55-60 g CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal
		Energia: 331.92 Kcal / 1,387.43 Kj	Energia: 325.57 Kcal / 1,360.88 Kj	Energia: 351.60 Kcal / 1,469.69 Kj	Energia: 340.88 Kcal / 1,424.88 Kj	Energia: 255.20 Kcal / 1,066.74 Kj

	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	8.15 g	16.52 g	9.51 g	11.44 g	14.64 g	5.49 g	7.52 g	18.67 g	7.16 g	7.43 g	17.24 g	8.08 g	14.44 g	5.60 g	2.06 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	35.10 g	0.00 g	1.45 g	34.45 g	0.01 g	2.67 g	35.74 g	0.80 g	1.02 g	36.32 g	0.01 g	0.99 g	34.39 g	0.00 g	2.30 g
	1,7			1,15			1,3,4,7,10			1,7,15			1		
(06220) Diab. 50-30-50-30-50 gCH RTEUV	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL [1]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL [1]			Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL [1]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL [1], Kápia paprikával			Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal		
	Energia: 414.48 Kcal / 1,732.53 Kj			Energia: 408.13 Kcal / 1,705.98 Kj			Energia: 434.16 Kcal / 1,814.79 Kj			Energia: 423.44 Kcal / 1,769.98 Kj			Energia: 337.76 Kcal / 1,411.84 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	10.87 g	17.03 g	9.67 g	14.16 g	15.15 g	5.65 g	10.24 g	19.18 g	7.32 g	10.15 g	17.75 g	8.24 g	17.16 g	6.11 g	2.22 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	50.78 g	0.00 g	1.90 g	50.13 g	0.01 g	3.12 g	51.42 g	0.80 g	1.47 g	52.00 g	0.01 g	1.44 g	50.07 g	0.00 g	2.75 g
	1,7			1,15			1,3,4,7,10			1,7,15			1		
(06250) Diab. 30-20-50-20-40-20 g CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]			Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával			Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal		
	Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj			Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj			Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj			Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj			Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	7.30 g	16.36 g	9.46 g	10.59 g	14.48 g	5.44 g	6.67 g	18.51 g	7.11 g	6.58 g	17.08 g	8.03 g	13.59 g	5.44 g	2.01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	30.20 g	0.00 g	1.31 g	29.55 g	0.01 g	2.53 g	30.84 g	0.80 g	0.88 g	31.42 g	0.01 g	0.85 g	29.49 g	0.00 g	2.16 g
	1,7			1,15			1,3,4,7,10			1,7,15			1		
(06260) Diab. 30-25-50-25-30 g CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]			Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]						Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal		
	Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj			Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj			Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj			Energia: Kcal / 0.00 Kj			Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	7.30 g	16.36 g	9.46 g	10.59 g	14.48 g	5.44 g	6.67 g	18.51 g	7.11 g	g	g	g	13.59 g	5.44 g	2.01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	30.20 g	0.00 g	1.31 g	29.55 g	0.01 g	2.53 g	30.84 g	0.80 g	0.88 g	g	g	g	29.49 g	0.00 g	2.16 g
	1,7			1,15			1,3,4,7,10			1,7,15			1		
(06270) Diab. 35-	Ásványvíz, Natúr			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz			Ásványvíz, Tonhalkrémes			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15],			Ásványvíz, Szendvics		

	15-50-15-35 g CH	sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1]	[3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Kápia paprikával	sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal
		Energia: 331.92 Kcal / 1,387.43 Kj	Energia: 325.57 Kcal / 1,360.88 Kj	Energia: 351.60 Kcal / 1,469.69 Kj	Energia: 340.88 Kcal / 1,424.88 Kj	Energia: 255.20 Kcal / 1,066.74 Kj
		Fehérje: 8.15 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 9.51 g; Szénhidrát: 35.10 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.45 g	Fehérje: 11.44 g; Zsír: 14.64 g; T.Zsírsav: 5.49 g; Szénhidrát: 34.45 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.67 g	Fehérje: 7.52 g; Zsír: 18.67 g; T.Zsírsav: 7.16 g; Szénhidrát: 35.74 g; Cukor: 0.80 g; Só: 1.02 g	Fehérje: 7.43 g; Zsír: 17.24 g; T.Zsírsav: 8.08 g; Szénhidrát: 36.32 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.99 g	Fehérje: 14.44 g; Zsír: 5.60 g; T.Zsírsav: 2.06 g; Szénhidrát: 34.39 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.30 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
	(06340) Diab. 30-20-40/45-20-30 g CH	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje: 7.30 g; Zsír: 16.36 g; T.Zsírsav: 9.46 g; Szénhidrát: 30.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.31 g	Fehérje: 10.59 g; Zsír: 14.48 g; T.Zsírsav: 5.44 g; Szénhidrát: 29.55 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.53 g	Fehérje: 6.67 g; Zsír: 18.51 g; T.Zsírsav: 7.11 g; Szénhidrát: 30.84 g; Cukor: 0.80 g; Só: 0.88 g	Fehérje: 6.58 g; Zsír: 17.08 g; T.Zsírsav: 8.03 g; Szénhidrát: 31.42 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.85 g	Fehérje: 13.59 g; Zsír: 5.44 g; T.Zsírsav: 2.01 g; Szénhidrát: 29.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
Tízórai	**(06120) Diab. 35-45-35 g CH**	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 349.38 Kcal / 1,460.41 Kj	Energia: 360.46 Kcal / 1,506.72 Kj	Energia: 255.72 Kcal / 1,068.91 Kj	Energia: 228.06 Kcal / 953.29 Kj	Energia: 181.78 Kcal / 759.84 Kj
		Fehérje: 15.22 g; Zsír: 16.66 g; T.Zsírsav: 5.63 g; Szénhidrát: 34.12 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.33 g	Fehérje: 17.36 g; Zsír: 12.16 g; T.Zsírsav: 4.21 g; Szénhidrát: 35.71 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.35 g	Fehérje: 14.44 g; Zsír: 5.60 g; T.Zsírsav: 2.06 g; Szénhidrát: 34.41 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.30 g	Fehérje: 6.09 g; Zsír: 7.08 g; T.Zsírsav: 5.55 g; Szénhidrát: 33.11 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.20 g	Fehérje: 5.09 g; Zsír: 2.13 g; T.Zsírsav: 0.84 g; Szénhidrát: 33.43 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.82 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06130) Diab. 30-25-70-25-50 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
		Fehérje; Zsír; T.Zsírsav	Fehérje; Zsír; T.Zsírsav	Fehérje; Zsír; T.Zsírsav	Fehérje; Zsír; T.Zsírsav	Fehérje; Zsír; T.Zsírsav

	10.72 g	11.74 g	3.76 g	15.66 g	11.84 g	4.11 g	17.47 g	5.46 g	2.15 g	5.58 g	6.98 g	5.52 g	3.73 g	1.87 g	0.76 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	24.96 g	0.01 g	1.07 g	25.91 g	0.48 g	1.07 g	61.71 g	1.09 g	2.72 g	30.17 g	0.01 g	1.12 g	25.59 g	0.01 g	0.60 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
(06150) Diab. 25-40-25 gr CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
	Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj			Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj			Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj			Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj			Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	10.72 g	11.74 g	3.76 g	15.66 g	11.84 g	4.11 g	17.47 g	5.46 g	2.15 g	5.58 g	6.98 g	5.52 g	3.73 g	1.87 g	0.76 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	24.96 g	0.01 g	1.07 g	25.91 g	0.48 g	1.07 g	61.71 g	1.09 g	2.72 g	30.17 g	0.01 g	1.12 g	25.59 g	0.01 g	0.60 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
(06160) Diab. 30-20-60-20-30 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
	Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj			Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj			Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj			Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj			Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	8.47 g	9.29 g	2.82 g	14.81 g	11.68 g	4.06 g	11.89 g	5.12 g	1.91 g	3.88 g	6.66 g	5.42 g	2.88 g	1.71 g	0.71 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.37 g	0.01 g	0.95 g	21.01 g	0.48 g	0.93 g	19.71 g	0.01 g	1.88 g	20.37 g	0.01 g	0.84 g	20.69 g	0.01 g	0.46 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
(06170) Diab. 30-15-60-15-50 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
	Energia: 135.74 Kcal / 567.39 Kj			Energia: 257.26 Kcal / 1,075.35 Kj			Energia: 152.52 Kcal / 637.53 Kj			Energia: 137.76 Kcal / 575.84 Kj			Energia: 91.48 Kcal / 382.39 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	5.54 g	6.10 g	1.60 g	13.96 g	11.52 g	4.01 g	11.04 g	4.96 g	1.86 g	3.12 g	6.52 g	5.38 g	2.12 g	1.57 g	0.67 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	14.41 g	0.01 g	0.78 g	16.11 g	0.48 g	0.79 g	14.81 g	0.01 g	1.74 g	15.96 g	0.01 g	0.71 g	16.28 g	0.01 g	0.33 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
				Csipkebogyó tea						Csipkebogyó tea			Csipkebogyó tea		

(06180) Diab.30-15-60-15-40 CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]	édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 135.74 Kcal / 567.39 Kj	Energia: 257.26 Kcal / 1,075.35 Kj	Energia: 152.52 Kcal / 637.53 Kj	Energia: 137.76 Kcal / 575.84 Kj	Energia: 91.48 Kcal / 382.39 Kj
	Fehérje 5.54 g; Zsír 6.10 g; T.Zsírsav 1.60 g; Szénhidrát 14.41 g; Cukor 0.01 g; Só 0.78 g	Fehérje 13.96 g; Zsír 11.52 g; T.Zsírsav 4.01 g; Szénhidrát 16.11 g; Cukor 0.48 g; Só 0.79 g	Fehérje 11.04 g; Zsír 4.96 g; T.Zsírsav 1.86 g; Szénhidrát 14.81 g; Cukor 0.01 g; Só 1.74 g	Fehérje 3.12 g; Zsír 6.52 g; T.Zsírsav 5.38 g; Szénhidrát 15.96 g; Cukor 0.01 g; Só 0.71 g	Fehérje 2.12 g; Zsír 1.57 g; T.Zsírsav 0.67 g; Szénhidrát 16.28 g; Cukor 0.01 g; Só 0.33 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06195) Diab. 20-45-20 g CH TEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj	Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj	Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj	Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj	Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj
	Fehérje 8.47 g; Zsír 9.29 g; T.Zsírsav 2.82 g; Szénhidrát 20.37 g; Cukor 0.01 g; Só 0.95 g	Fehérje 14.81 g; Zsír 11.68 g; T.Zsírsav 4.06 g; Szénhidrát 21.01 g; Cukor 0.48 g; Só 0.93 g	Fehérje 11.89 g; Zsír 5.12 g; T.Zsírsav 1.91 g; Szénhidrát 19.71 g; Cukor 0.01 g; Só 1.88 g	Fehérje 3.88 g; Zsír 6.66 g; T.Zsírsav 5.42 g; Szénhidrát 20.37 g; Cukor 0.01 g; Só 0.84 g	Fehérje 2.88 g; Zsír 1.71 g; T.Zsírsav 0.71 g; Szénhidrát 20.69 g; Cukor 0.01 g; Só 0.46 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06210) Diab. 25-55-25 gr CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
	Fehérje 10.72 g; Zsír 11.74 g; T.Zsírsav 3.76 g; Szénhidrát 24.96 g; Cukor 0.01 g; Só 1.07 g	Fehérje 15.66 g; Zsír 11.84 g; T.Zsírsav 4.11 g; Szénhidrát 25.91 g; Cukor 0.48 g; Só 1.07 g	Fehérje 17.47 g; Zsír 5.46 g; T.Zsírsav 2.15 g; Szénhidrát 61.71 g; Cukor 1.09 g; Só 2.72 g	Fehérje 5.58 g; Zsír 6.98 g; T.Zsírsav 5.52 g; Szénhidrát 30.17 g; Cukor 0.01 g; Só 1.12 g	Fehérje 3.73 g; Zsír 1.87 g; T.Zsírsav 0.76 g; Szénhidrát 25.59 g; Cukor 0.01 g; Só 0.60 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06220) Diab. 50-30-50-30-50 gCH RTEUV	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 299.70 Kcal / 1,252.75 Kj	Energia: 334.66 Kcal / 1,398.88 Kj	Energia: 229.92 Kcal / 961.07 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 192.10 Kcal / 802.98 Kj

	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	12.97 g	14.20 g	4.70 g	16.51 g	12.00 g	4.16 g	13.59 g	5.44 g	2.01 g	5.58 g	6.98 g	5.52 g	5.43 g	2.19 g	0.86 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	29.54 g	0.01 g	1.20 g	30.81 g	0.48 g	1.21 g	29.51 g	0.01 g	2.16 g	30.17 g	0.01 g	1.12 g	35.39 g	0.01 g	0.88 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
(06230) Diab. 25-45/50-15/20 gr CH, zsírs	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
	Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj			Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj			Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj			Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj			Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	10.72 g	11.74 g	3.76 g	15.66 g	11.84 g	4.11 g	17.47 g	5.46 g	2.15 g	5.58 g	6.98 g	5.52 g	3.73 g	1.87 g	0.76 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	24.96 g	0.01 g	1.07 g	25.91 g	0.48 g	1.07 g	61.71 g	1.09 g	2.72 g	30.17 g	0.01 g	1.12 g	25.59 g	0.01 g	0.60 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
(06240) Diab. 20-50-20 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
	Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj			Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj			Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj			Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj			Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	8.47 g	9.29 g	2.82 g	14.81 g	11.68 g	4.06 g	11.89 g	5.12 g	1.91 g	3.88 g	6.66 g	5.42 g	2.88 g	1.71 g	0.71 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.37 g	0.01 g	0.95 g	21.01 g	0.48 g	0.93 g	19.71 g	0.01 g	1.88 g	20.37 g	0.01 g	0.84 g	20.69 g	0.01 g	0.46 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
(06250) Diab. 30-20-50-20-40-20 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
	Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj			Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj			Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj			Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj			Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	8.47 g	9.29 g	2.82 g	14.81 g	11.68 g	4.06 g	11.89 g	5.12 g	1.91 g	3.88 g	6.66 g	5.42 g	2.88 g	1.71 g	0.71 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.37 g	0.01 g	0.95 g	21.01 g	0.48 g	0.93 g	19.71 g	0.01 g	1.88 g	20.37 g	0.01 g	0.84 g	20.69 g	0.01 g	0.46 g
	1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		

(06260) Diab. 30-25-50-25-30 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
	Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 5.58 g; Zsír: 6.98 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g
	Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 61.71 g; Cukor: 1.09 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 30.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06265) Diab. 25-20-60-40/45 gr CH TTEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal, Körte	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal, Körte
	Energia: 354.38 Kcal / 1,481.31 Kj	Energia: 413.22 Kcal / 1,727.26 Kj	Energia: 308.48 Kcal / 1,289.45 Kj	Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 Kj	Energia: 227.94 Kcal / 952.79 Kj
	Fehérje: 11.92 g; Zsír: 12.94 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 16.86 g; Zsír: 13.04 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 13.94 g; Zsír: 6.48 g; T.Zsírsav: 1.96 g	Fehérje: 5.39 g; Zsír: 7.32 g; T.Zsírsav: 5.47 g	Fehérje: 4.39 g; Zsír: 2.37 g; T.Zsírsav: 0.76 g
	Szénhidrát: 45.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.11 g	Szénhidrát: 46.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.11 g	Szénhidrát: 45.61 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.06 g	Szénhidrát: 45.07 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 45.39 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.61 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06270) Diab. 35-15-50-15-35 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 135.74 Kcal / 567.39 Kj	Energia: 257.26 Kcal / 1,075.35 Kj	Energia: 152.52 Kcal / 637.53 Kj	Energia: 137.76 Kcal / 575.84 Kj	Energia: 91.48 Kcal / 382.39 Kj
	Fehérje: 5.54 g; Zsír: 6.10 g; T.Zsírsav: 1.60 g	Fehérje: 13.96 g; Zsír: 11.52 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 11.04 g; Zsír: 4.96 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 6.52 g; T.Zsírsav: 5.38 g	Fehérje: 2.12 g; Zsír: 1.57 g; T.Zsírsav: 0.67 g
	Szénhidrát: 14.41 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.78 g	Szénhidrát: 16.11 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.79 g	Szénhidrát: 14.81 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 16.28 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.33 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06280) Diab. (25/30-40-15 gr	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal

CH)-TEU	Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
	Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g; Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g; Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g; Szénhidrát: 61.71 g; Cukor: 1.09 g; Só: 2.72 g	Fehérje: 5.58 g; Zsír: 6.98 g; T.Zsírsav: 5.52 g; Szénhidrát: 30.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.12 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g; Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06300) Diab. 15-45-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 135.74 Kcal / 567.39 Kj	Energia: 257.26 Kcal / 1,075.35 Kj	Energia: 152.52 Kcal / 637.53 Kj	Energia: 137.76 Kcal / 575.84 Kj	Energia: 91.48 Kcal / 382.39 Kj
	Fehérje: 5.54 g; Zsír: 6.10 g; T.Zsírsav: 1.60 g; Szénhidrát: 14.41 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.78 g	Fehérje: 13.96 g; Zsír: 11.52 g; T.Zsírsav: 4.01 g; Szénhidrát: 16.11 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.79 g	Fehérje: 11.04 g; Zsír: 4.96 g; T.Zsírsav: 1.86 g; Szénhidrát: 14.81 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.74 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 6.52 g; T.Zsírsav: 5.38 g; Szénhidrát: 15.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.71 g	Fehérje: 2.12 g; Zsír: 1.57 g; T.Zsírsav: 0.67 g; Szénhidrát: 16.28 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.33 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06330) Diab. 20-20-30-10-10 g CH TTEUU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal, Körte	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal, Körte
	Energia: 304.69 Kcal / 1,273.60 Kj	Energia: 387.42 Kcal / 1,619.42 Kj	Energia: 282.68 Kcal / 1,181.60 Kj	Energia: 248.42 Kcal / 1,038.40 Kj	Energia: 202.14 Kcal / 844.95 Kj
	Fehérje: 9.67 g; Zsír: 10.49 g; T.Zsírsav: 2.82 g; Szénhidrát: 41.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.99 g	Fehérje: 16.01 g; Zsír: 12.88 g; T.Zsírsav: 4.06 g; Szénhidrát: 42.01 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.97 g	Fehérje: 13.09 g; Zsír: 6.32 g; T.Zsírsav: 1.91 g; Szénhidrát: 40.71 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.92 g	Fehérje: 4.54 g; Zsír: 7.16 g; T.Zsírsav: 5.42 g; Szénhidrát: 40.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.85 g	Fehérje: 3.54 g; Zsír: 2.21 g; T.Zsírsav: 0.71 g; Szénhidrát: 40.49 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.47 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06340) Diab. 30-20-40/45-20-30 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj	Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj	Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj	Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj	Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj
	Fehérje: 8.47 g; Zsír: 9.29 g; T.Zsírsav: 2.82 g; Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.95 g	Fehérje: 14.81 g; Zsír: 11.68 g; T.Zsírsav: 4.06 g; Szénhidrát: 21.01 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.93 g	Fehérje: 11.89 g; Zsír: 5.12 g; T.Zsírsav: 1.91 g; Szénhidrát: 19.71 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.88 g	Fehérje: 3.88 g; Zsír: 6.66 g; T.Zsírsav: 5.42 g; Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.84 g	Fehérje: 2.88 g; Zsír: 1.71 g; T.Zsírsav: 0.71 g; Szénhidrát: 20.69 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.46 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15

(06350) Diab. 15-40-15 TEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 135.74 Kcal / 567.39 Kj	Energia: 257.26 Kcal / 1,075.35 Kj	Energia: 152.52 Kcal / 637.53 Kj	Energia: 137.76 Kcal / 575.84 Kj	Energia: 91.48 Kcal / 382.39 Kj
	Fehérje: 5.54 g; Zsír: 6.10 g; T.Zsírsav: 1.60 g	Fehérje: 13.96 g; Zsír: 11.52 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 11.04 g; Zsír: 4.96 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 6.52 g; T.Zsírsav: 5.38 g	Fehérje: 2.12 g; Zsír: 1.57 g; T.Zsírsav: 0.67 g
	Szénhidrát: 14.41 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.78 g	Szénhidrát: 16.11 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.79 g	Szénhidrát: 14.81 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 16.28 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.33 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06363) Diab. 20-40-20 gr CH TEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj	Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj	Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj	Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj	Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj
	Fehérje: 8.47 g; Zsír: 9.29 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 14.81 g; Zsír: 11.68 g; T.Zsírsav: 4.06 g	Fehérje: 11.89 g; Zsír: 5.12 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 3.88 g; Zsír: 6.66 g; T.Zsírsav: 5.42 g	Fehérje: 2.88 g; Zsír: 1.71 g; T.Zsírsav: 0.71 g
	Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 21.01 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.93 g	Szénhidrát: 19.71 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.84 g	Szénhidrát: 20.69 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.46 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06364) Diab. 15-25-15 g CH T-E-U	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 135.74 Kcal / 567.39 Kj	Energia: 257.26 Kcal / 1,075.35 Kj	Energia: 152.52 Kcal / 637.53 Kj	Energia: 137.76 Kcal / 575.84 Kj	Energia: 91.48 Kcal / 382.39 Kj
	Fehérje: 5.54 g; Zsír: 6.10 g; T.Zsírsav: 1.60 g	Fehérje: 13.96 g; Zsír: 11.52 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 11.04 g; Zsír: 4.96 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 6.52 g; T.Zsírsav: 5.38 g	Fehérje: 2.12 g; Zsír: 1.57 g; T.Zsírsav: 0.67 g
	Szénhidrát: 14.41 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.78 g	Szénhidrát: 16.11 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.79 g	Szénhidrát: 14.81 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 16.28 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.33 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06380) Diab. 15-30-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1],

	(12)]	margarinnal, Kígyóuborkával	DIAB[1], Liga margarinnal	pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 135.74 Kcal / 567.39 Kj	Energia: 257.26 Kcal / 1,075.35 Kj	Energia: 152.52 Kcal / 637.53 Kj	Energia: 137.76 Kcal / 575.84 Kj	Energia: 91.48 Kcal / 382.39 Kj
	Fehérje: 5.54 g; Zsír: 6.10 g; T.Zsírsav: 1.60 g	Fehérje: 13.96 g; Zsír: 11.52 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 11.04 g; Zsír: 4.96 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 6.52 g; T.Zsírsav: 5.38 g	Fehérje: 2.12 g; Zsír: 1.57 g; T.Zsírsav: 0.67 g
	Szénhidrát: 14.41 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.78 g	Szénhidrát: 16.11 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.79 g	Szénhidrát: 14.81 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 16.28 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.33 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06381) Diab. 10-10-45-10-5 TTEUU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal, Körte	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal, Körte
	Energia: 152.61 Kcal / 637.91 Kj	Energia: 283.64 Kcal / 1,185.62 Kj	Energia: 178.90 Kcal / 747.80 Kj	Energia: 157.84 Kcal / 659.77 Kj	Energia: 110.38 Kcal / 461.39 Kj
	Fehérje: 4.84 g; Zsír: 5.24 g; T.Zsírsav: 1.41 g	Fehérje: 13.71 g; Zsír: 11.96 g; T.Zsírsav: 3.96 g	Fehérje: 10.79 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.81 g	Fehérje: 3.07 g; Zsír: 6.62 g; T.Zsírsav: 5.36 g	Fehérje: 1.93 g; Zsír: 1.66 g; T.Zsírsav: 0.64 g
	Szénhidrát: 20.70 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.50 g	Szénhidrát: 21.71 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.67 g	Szénhidrát: 20.41 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.62 g	Szénhidrát: 20.79 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.67 g	Szénhidrát: 21.03 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.26 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06383) Diab. 20-35-15 T-E-U	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
	Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj	Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj	Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj	Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj	Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj
	Fehérje: 8.47 g; Zsír: 9.29 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 14.81 g; Zsír: 11.68 g; T.Zsírsav: 4.06 g	Fehérje: 11.89 g; Zsír: 5.12 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 3.88 g; Zsír: 6.66 g; T.Zsírsav: 5.42 g	Fehérje: 2.88 g; Zsír: 1.71 g; T.Zsírsav: 0.71 g
	Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 21.01 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.93 g	Szénhidrát: 19.71 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.84 g	Szénhidrát: 20.69 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.46 g
	1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
(06390) Diab. 15-10-25/30-15 g CH TTEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal, Körte	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal, Körte
	Energia: 202.29 Kcal / 845.57 Kj	Energia: 309.44 Kcal / 1,293.46 Kj	Energia: 204.70 Kcal / 855.65 Kj	Energia: 174.93 Kcal / 731.21 Kj	Energia: 128.65 Kcal / 537.76 Kj
	Fehérje: 7.09 g; Zsír: 7.70 g; T.Zsírsav: 2.35 g	Fehérje: 14.56 g; Zsír: 12.12 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 11.64 g; Zsír: 5.56 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 3.33 g; Zsír: 6.73 g; T.Zsírsav: 5.37 g	Fehérje: 2.33 g; Zsír: 1.78 g; T.Zsírsav: 0.66 g

		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		25.28 g	0.01 g	0.63 g	26.61 g	0.48 g	0.81 g	25.31 g	0.01 g	1.76 g	24.47 g	0.01 g	0.71 g	24.79 g	0.01 g	0.33 g
		1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
	(06391) Diab. 40-55-40 g CH TEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
		Energia: 423.91 Kcal / 1,771.94 Kj			Energia: 386.26 Kcal / 1,614.57 Kj			Energia: 281.52 Kcal / 1,176.75 Kj			Energia: 269.34 Kcal / 1,125.84 Kj			Energia: 202.42 Kcal / 846.12 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		18.60 g	20.34 g	7.04 g	18.21 g	12.32 g	4.26 g	15.29 g	5.76 g	2.11 g	7.45 g	7.33 g	5.63 g	5.77 g	2.25 g	0.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		41.00 g	0.01 g	1.52 g	40.61 g	0.48 g	1.49 g	39.31 g	0.01 g	2.44 g	40.95 g	0.01 g	1.43 g	37.35 g	0.01 g	0.94 g
		1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		
Ebéd	**(06110) Diab. 80-80-80 g CH H-V**	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]			Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E, Zöldségleves[9]			Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Alma, Párolt barna rizzsel			Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]			Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]		
		Energia: 777.09 Kcal / 3,248.24 Kj			Energia: 818.71 Kcal / 3,422.21 Kj			Energia: 677.36 Kcal / 2,831.36 Kj			Energia: 931.50 Kcal / 3,893.67 Kj			Energia: 728.33 Kcal / 3,044.42 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		31.52 g	36.11 g	10.08 g	31.36 g	39.21 g	9.05 g	33.80 g	23.83 g	3.79 g	64.13 g	37.67 g	15.20 g	45.65 g	26.15 g	6.92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		79.44 g	5.92 g	1.75 g	81.22 g	1.80 g	1.60 g	80.26 g	0.00 g	1.75 g	82.87 g	0.06 g	1.49 g	83.79 g	0.53 g	3.61 g
		1,3,15,(12)			1,3,9,15			1,7,9,10,(12)			1,7,9,15			1,7,9,15		
	(06120) Diab. 35-45-35 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]			Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E			Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma			Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]			Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]		
		Energia: 448.86 Kcal / 1,876.23 Kj			Energia: 540.40 Kcal / 2,258.87 Kj			Energia: 428.18 Kcal / 1,789.79 Kj			Energia: 557.88 Kcal / 2,331.94 Kj			Energia: 454.30 Kcal / 1,898.97 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		18.44 g	21.03 g	5.96 g	22.20 g	28.84 g	6.49 g	25.83 g	14.89 g	2.52 g	40.12 g	24.08 g	9.53 g	32.73 g	17.42 g	5.12 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		45.13 g	5.91 g	1.05 g	45.43 g	0.45 g	1.21 g	46.35 g	0.00 g	1.43 g	44.51 g	0.04 g	1.01 g	44.93 g	0.37 g	2.38 g
		1,3,15,(12)			1,3,9,15			1,7,9,10,(12)			1,7,9,15			1,7,9,15		
	(06130) Diab. 30-25-70-25-50 g CH															

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06130) Diab. 30-25-70-25-50 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E, Zöldségleves[9]	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Alma, Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 734.46 Kcal / 3,070.04 Kj	Energia: 777.35 Kcal / 3,249.32 Kj	Energia: 615.10 Kcal / 2,571.12 Kj	Energia: 874.01 Kcal / 3,653.36 Kj	Energia: 664.39 Kcal / 2,777.15 Kj
		Fehérje 30.09 g; Zsír 35.14 g; T.Zsírsav 9.95 g	Fehérje 31.12 g; Zsír 39.15 g; T.Zsírsav 9.04 g	Fehérje 33.00 g; Zsír 21.63 g; T.Zsírsav 3.53 g	Fehérje 64.02 g; Zsír 37.60 g; T.Zsírsav 15.17 g	Fehérje 43.81 g; Zsír 24.56 g; T.Zsírsav 6.73 g
		Szénhidrát 72.46 g; Cukor 5.92 g; Só 1.64 g	Szénhidrát 71.42 g; Cukor 1.20 g; Só 1.60 g	Szénhidrát 70.50 g; Cukor 0.00 g; Só 1.73 g	Szénhidrát 68.88 g; Cukor 0.06 g; Só 1.49 g	Szénhidrát 72.41 g; Cukor 0.53 g; Só 3.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06131) Diab. 180 g CH, apró szemű köretM	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Teljes kiőrlésű főtt tésztával[1,(3)], Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Pirított kenyérkockával[1], Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Tört burgonyával, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 734.46 Kcal / 3,070.04 Kj	Energia: 777.35 Kcal / 3,249.32 Kj	Energia: 731.33 Kcal / 3,056.96 Kj	Energia: 874.01 Kcal / 3,653.36 Kj	Energia: 676.10 Kcal / 2,826.10 Kj
		Fehérje 30.09 g; Zsír 35.14 g; T.Zsírsav 9.95 g	Fehérje 31.12 g; Zsír 39.15 g; T.Zsírsav 9.04 g	Fehérje 44.10 g; Zsír 28.76 g; T.Zsírsav 3.37 g	Fehérje 64.02 g; Zsír 37.60 g; T.Zsírsav 15.17 g	Fehérje 43.59 g; Zsír 19.51 g; T.Zsírsav 6.10 g
		Szénhidrát 72.46 g; Cukor 5.92 g; Só 1.64 g	Szénhidrát 71.42 g; Cukor 1.20 g; Só 1.60 g	Szénhidrát 93.60 g; Cukor 0.12 g; Só 3.69 g	Szénhidrát 68.88 g; Cukor 0.06 g; Só 1.49 g	Szénhidrát 81.70 g; Cukor 0.32 g; Só 4.12 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(3),(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06140) Diab. 30-65-50 g CH R-E-V	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 691.83 Kcal / 2,891.85 Kj	Energia: 746.32 Kcal / 3,119.62 Kj	Energia: 583.96 Kcal / 2,440.95 Kj	Energia: 817.47 Kcal / 3,417.02 Kj	Energia: 621.76 Kcal / 2,598.96 Kj
		Fehérje 28.66 g; Zsír 34.17 g; T.Zsírsav 9.82 g	Fehérje 30.94 g; Zsír 39.11 g; T.Zsírsav 9.04 g	Fehérje 32.60 g; Zsír 20.54 g; T.Zsírsav 3.40 g	Fehérje 59.31 g; Zsír 35.37 g; T.Zsírsav 14.08 g	Fehérje 42.58 g; Zsír 23.49 g; T.Zsírsav 6.60 g
		Szénhidrát 65.48 g; Cukor 5.92 g; Só 1.53 g	Szénhidrát 64.07 g; Cukor 0.75 g; Só 1.59 g	Szénhidrát 65.62 g; Cukor 0.00 g; Só 1.72 g	Szénhidrát 64.54 g; Cukor 0.06 g; Só 1.46 g	Szénhidrát 64.82 g; Cukor 0.53 g; Só 3.23 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06150) Diab. 25-40-25 gr CH					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06150) Diab. 25-40-25 gr CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 427.54 Kcal / 1,787.12 Kj	Energia: 530.05 Kcal / 2,215.61 Kj	Energia: 397.05 Kcal / 1,659.67 Kj	Energia: 506.57 Kcal / 2,117.46 Kj	Energia: 408.90 Kcal / 1,709.20 Kj
		Fehérje 17.72 g; Zsír 20.54 g; T.Zsírsav 5.89 g	Fehérje 22.14 g; Zsír 28.82 g; T.Zsírsav 6.49 g	Fehérje 25.43 g; Zsír 13.80 g; T.Zsírsav 2.39 g	Fehérje 35.42 g; Zsír 21.86 g; T.Zsírsav 8.45 g	Fehérje 28.85 g; Zsír 16.02 g; T.Zsírsav 4.56 g
		Szénhidrát 41.64 g; Cukor 5.91 g; Só 0.99 g	Szénhidrát 42.98 g; Cukor 0.30 g; Só 1.20 g	Szénhidrát 41.47 g; Cukor 0.00 g; Só 1.42 g	Szénhidrát 41.44 g; Cukor 0.04 g; Só 0.99 g	Szénhidrát 40.36 g; Cukor 0.33 g; Só 2.17 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06160) Diab. 30-20-60-20-30 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 670.51 Kcal / 2,802.73 Kj	Energia: 725.64 Kcal / 3,033.18 Kj	Energia: 552.83 Kcal / 2,310.83 Kj	Energia: 766.15 Kcal / 3,202.51 Kj	Energia: 600.45 Kcal / 2,509.88 Kj
		Fehérje 27.94 g; Zsír 33.68 g; T.Zsírsav 9.75 g	Fehérje 30.82 g; Zsír 39.08 g; T.Zsírsav 9.03 g	Fehérje 32.19 g; Zsír 19.44 g; T.Zsírsav 3.27 g	Fehérje 54.62 g; Zsír 33.14 g; T.Zsírsav 13.00 g	Fehérje 41.96 g; Zsír 22.96 g; T.Zsírsav 6.53 g
		Szénhidrát 61.98 g; Cukor 5.92 g; Só 1.48 g	Szénhidrát 59.16 g; Cukor 0.45 g; Só 1.59 g	Szénhidrát 60.75 g; Cukor 0.00 g; Só 1.71 g	Szénhidrát 61.46 g; Cukor 0.06 g; Só 1.44 g	Szénhidrát 61.02 g; Cukor 0.53 g; Só 3.15 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06170) Diab. 30-15-60-15-50 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 670.51 Kcal / 2,802.73 Kj	Energia: 725.64 Kcal / 3,033.18 Kj	Energia: 552.83 Kcal / 2,310.83 Kj	Energia: 766.15 Kcal / 3,202.51 Kj	Energia: 600.45 Kcal / 2,509.88 Kj
		Fehérje 27.94 g; Zsír 33.68 g; T.Zsírsav 9.75 g	Fehérje 30.82 g; Zsír 39.08 g; T.Zsírsav 9.03 g	Fehérje 32.19 g; Zsír 19.44 g; T.Zsírsav 3.27 g	Fehérje 54.62 g; Zsír 33.14 g; T.Zsírsav 13.00 g	Fehérje 41.96 g; Zsír 22.96 g; T.Zsírsav 6.53 g
		Szénhidrát 61.98 g; Cukor 5.92 g; Só 1.48 g	Szénhidrát 59.16 g; Cukor 0.45 g; Só 1.59 g	Szénhidrát 60.75 g; Cukor 0.00 g; Só 1.71 g	Szénhidrát 61.46 g; Cukor 0.06 g; Só 1.44 g	Szénhidrát 61.02 g; Cukor 0.53 g; Só 3.15 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06180) Diab.30-15-60-15-40 CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 670.51 Kcal / 2,802.73 Kj	Energia: 725.64 Kcal / 3,033.18 Kj	Energia: 552.83 Kcal / 2,310.83 Kj	Energia: 766.15 Kcal / 3,202.51 Kj	Energia: 600.45 Kcal / 2,509.88 Kj
		Fehérje 27.94 g; Zsír 33.68 g; T.Zsírsav 9.75 g	Fehérje 30.82 g; Zsír 39.08 g; T.Zsírsav 9.03 g	Fehérje 32.19 g; Zsír 19.44 g; T.Zsírsav 3.27 g	Fehérje 54.62 g; Zsír 33.14 g; T.Zsírsav 13.00 g	Fehérje 41.96 g; Zsír 22.96 g; T.Zsírsav 6.53 g
		Szénhidrát 61.98 g; Cukor 5.92 g; Só 1.48 g	Szénhidrát 59.16 g; Cukor 0.45 g; Só 1.59 g	Szénhidrát 60.75 g; Cukor 0.00 g; Só 1.71 g	Szénhidrát 61.46 g; Cukor 0.06 g; Só 1.44 g	Szénhidrát 61.02 g; Cukor 0.53 g; Só 3.15 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06195) Diab. 20-45-20 g CH TEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 448.86 Kcal / 1,876.23 Kj	Energia: 540.40 Kcal / 2,258.87 Kj	Energia: 428.18 Kcal / 1,789.79 Kj	Energia: 557.88 Kcal / 2,331.94 Kj	Energia: 454.30 Kcal / 1,898.97 Kj
		Fehérje 18.44 g; Zsír 21.03 g; T.Zsírsav 5.96 g	Fehérje 22.20 g; Zsír 28.84 g; T.Zsírsav 6.49 g	Fehérje 25.83 g; Zsír 14.89 g; T.Zsírsav 2.52 g	Fehérje 40.12 g; Zsír 24.08 g; T.Zsírsav 9.53 g	Fehérje 32.73 g; Zsír 17.42 g; T.Zsírsav 5.12 g
		Szénhidrát 45.13 g; Cukor 5.91 g; Só 1.05 g	Szénhidrát 45.43 g; Cukor 0.45 g; Só 1.21 g	Szénhidrát 46.35 g; Cukor 0.00 g; Só 1.43 g	Szénhidrát 44.51 g; Cukor 0.04 g; Só 1.01 g	Szénhidrát 44.93 g; Cukor 0.37 g; Só 2.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06200) Diab. 35-55-60 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 571.67 Kcal / 2,389.58 Kj	Energia: 715.29 Kcal / 2,989.91 Kj	Energia: 521.69 Kcal / 2,180.66 Kj	Energia: 673.54 Kcal / 2,815.40 Kj	Energia: 489.02 Kcal / 2,044.10 Kj
		Fehérje 23.32 g; Zsír 27.40 g; T.Zsírsav 7.86 g	Fehérje 30.76 g; Zsír 39.06 g; T.Zsírsav 9.03 g	Fehérje 31.79 g; Zsír 18.35 g; T.Zsírsav 3.14 g	Fehérje 48.87 g; Zsír 28.97 g; T.Zsírsav 11.59 g	Fehérje 31.51 g; Zsír 17.71 g; T.Zsírsav 4.77 g
		Szénhidrát 56.11 g; Cukor 5.92 g; Só 1.29 g	Szénhidrát 56.71 g; Cukor 0.30 g; Só 1.58 g	Szénhidrát 55.87 g; Cukor 0.00 g; Só 1.70 g	Szénhidrát 53.57 g; Cukor 0.05 g; Só 1.18 g	Szénhidrát 54.60 g; Cukor 0.33 g; Só 2.51 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06210) Diab. 25-55-25 gr CH					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06210) Diab. 25-55-25 gr CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 571.67 Kcal / 2,389.58 Kj	Energia: 715.29 Kcal / 2,989.91 Kj	Energia: 521.69 Kcal / 2,180.66 Kj	Energia: 673.54 Kcal / 2,815.40 Kj	Energia: 489.02 Kcal / 2,044.10 Kj
		Fehérje: 23.32 g; Zsír: 27.40 g; T.Zsírsav: 7.86 g	Fehérje: 30.76 g; Zsír: 39.06 g; T.Zsírsav: 9.03 g	Fehérje: 31.79 g; Zsír: 18.35 g; T.Zsírsav: 3.14 g	Fehérje: 48.87 g; Zsír: 28.97 g; T.Zsírsav: 11.59 g	Fehérje: 31.51 g; Zsír: 17.71 g; T.Zsírsav: 4.77 g
		Szénhidrát: 56.11 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.29 g	Szénhidrát: 56.71 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.58 g	Szénhidrát: 55.87 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 53.57 g; Cukor: 0.05 g; Só: 1.18 g	Szénhidrát: 54.60 g; Cukor: 0.33 g; Só: 2.51 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06220) Diab. 50-30-50-30-50 gCH RTEUV	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06230) Diab. 25-45/50-15/20 gr CH, zsírs	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 448.86 Kcal / 1,876.23 Kj	Energia: 540.40 Kcal / 2,258.87 Kj	Energia: 428.18 Kcal / 1,789.79 Kj	Energia: 557.88 Kcal / 2,331.94 Kj	Energia: 454.30 Kcal / 1,898.97 Kj
		Fehérje: 18.44 g; Zsír: 21.03 g; T.Zsírsav: 5.96 g	Fehérje: 22.20 g; Zsír: 28.84 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.83 g; Zsír: 14.89 g; T.Zsírsav: 2.52 g	Fehérje: 40.12 g; Zsír: 24.08 g; T.Zsírsav: 9.53 g	Fehérje: 32.73 g; Zsír: 17.42 g; T.Zsírsav: 5.12 g
		Szénhidrát: 45.13 g; Cukor: 5.91 g; Só: 1.05 g	Szénhidrát: 45.43 g; Cukor: 0.45 g; Só: 1.21 g	Szénhidrát: 46.35 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 44.51 g; Cukor: 0.04 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 44.93 g; Cukor: 0.37 g; Só: 2.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	**(06240) Diab. 20-50-20 g CH**	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06250) Diab. 30-20-50-20-40-20 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06260) Diab. 30-25-50-25-30 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06265) Diab. 25-20-60-40/45 gr CH TTEU					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06265) Diab. 25-20-60-40/45 gr CH TTEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 670.51 Kcal / 2,802.73 Kj	Energia: 725.64 Kcal / 3,033.18 Kj	Energia: 552.83 Kcal / 2,310.83 Kj	Energia: 766.15 Kcal / 3,202.51 Kj	Energia: 600.45 Kcal / 2,509.88 Kj
		Fehérje: 27.94 g; Zsír: 33.68 g; T.Zsírsav: 9.75 g	Fehérje: 30.82 g; Zsír: 39.08 g; T.Zsírsav: 9.03 g	Fehérje: 32.19 g; Zsír: 19.44 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 54.62 g; Zsír: 33.14 g; T.Zsírsav: 13.00 g	Fehérje: 41.96 g; Zsír: 22.96 g; T.Zsírsav: 6.53 g
		Szénhidrát: 61.98 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.48 g	Szénhidrát: 59.16 g; Cukor: 0.45 g; Só: 1.59 g	Szénhidrát: 60.75 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.71 g	Szénhidrát: 61.46 g; Cukor: 0.06 g; Só: 1.44 g	Szénhidrát: 61.02 g; Cukor: 0.53 g; Só: 3.15 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06270) Diab. 35-15-50-15-35 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06280) Diab. (25/30-40-15 gr CH)-TEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 427.54 Kcal / 1,787.12 Kj	Energia: 530.05 Kcal / 2,215.61 Kj	Energia: 397.05 Kcal / 1,659.67 Kj	Energia: 506.57 Kcal / 2,117.46 Kj	Energia: 408.90 Kcal / 1,709.20 Kj
		Fehérje: 17.72 g; Zsír: 20.54 g; T.Zsírsav: 5.89 g	Fehérje: 22.14 g; Zsír: 28.82 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.43 g; Zsír: 13.80 g; T.Zsírsav: 2.39 g	Fehérje: 35.42 g; Zsír: 21.86 g; T.Zsírsav: 8.45 g	Fehérje: 28.85 g; Zsír: 16.02 g; T.Zsírsav: 4.56 g
		Szénhidrát: 41.64 g; Cukor: 5.91 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 42.98 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.20 g	Szénhidrát: 41.47 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.42 g	Szénhidrát: 41.44 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 0.33 g; Só: 2.17 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06300) Diab. 15-45-15 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 448.86 Kcal / 1,876.23 Kj	Energia: 540.40 Kcal / 2,258.87 Kj	Energia: 428.18 Kcal / 1,789.79 Kj	Energia: 557.88 Kcal / 2,331.94 Kj	Energia: 454.30 Kcal / 1,898.97 Kj
		Fehérje: 18.44 g; Zsír: 21.03 g; T.Zsírsav: 5.96 g	Fehérje: 22.20 g; Zsír: 28.84 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.83 g; Zsír: 14.89 g; T.Zsírsav: 2.52 g	Fehérje: 40.12 g; Zsír: 24.08 g; T.Zsírsav: 9.53 g	Fehérje: 32.73 g; Zsír: 17.42 g; T.Zsírsav: 5.12 g
		Szénhidrát: 45.13 g; Cukor: 5.91 g; Só: 1.05 g	Szénhidrát: 45.43 g; Cukor: 0.45 g; Só: 1.21 g	Szénhidrát: 46.35 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 44.51 g; Cukor: 0.04 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 44.93 g; Cukor: 0.37 g; Só: 2.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06330) Diab. 20-20-30-10-10 g CH TTEUU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 339.70 Kcal / 1,419.95 Kj	Energia: 389.69 Kcal / 1,628.90 Kj	Energia: 303.90 Kcal / 1,270.30 Kj	Energia: 351.12 Kcal / 1,467.68 Kj	Energia: 279.72 Kcal / 1,169.23 Kj
		Fehérje: 14.06 g; Zsír: 17.06 g; T.Zsírsav: 4.91 g	Fehérje: 15.53 g; Zsír: 22.38 g; T.Zsírsav: 5.30 g	Fehérje: 19.27 g; Zsír: 11.51 g; T.Zsírsav: 1.98 g	Fehérje: 23.48 g; Zsír: 15.12 g; T.Zsírsav: 5.64 g	Fehérje: 17.77 g; Zsír: 10.81 g; T.Zsírsav: 2.81 g
		Szénhidrát: 31.57 g; Cukor: 1.78 g; Só: 0.73 g	Szénhidrát: 29.50 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 30.19 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 29.88 g; Cukor: 0.03 g; Só: 0.75 g	Szénhidrát: 30.02 g; Cukor: 0.19 g; Só: 1.49 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06340) Diab. 30-20-40/45-20-30 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 448.86 Kcal / 1,876.23 Kj	Energia: 540.40 Kcal / 2,258.87 Kj	Energia: 428.18 Kcal / 1,789.79 Kj	Energia: 557.88 Kcal / 2,331.94 Kj	Energia: 454.30 Kcal / 1,898.97 Kj
		Fehérje: 18.44 g; Zsír: 21.03 g; T.Zsírsav: 5.96 g	Fehérje: 22.20 g; Zsír: 28.84 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.83 g; Zsír: 14.89 g; T.Zsírsav: 2.52 g	Fehérje: 40.12 g; Zsír: 24.08 g; T.Zsírsav: 9.53 g	Fehérje: 32.73 g; Zsír: 17.42 g; T.Zsírsav: 5.12 g
		Szénhidrát: 45.13 g; Cukor: 5.91 g; Só: 1.05 g	Szénhidrát: 45.43 g; Cukor: 0.45 g; Só: 1.21 g	Szénhidrát: 46.35 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 44.51 g; Cukor: 0.04 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 44.93 g; Cukor: 0.37 g; Só: 2.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06341) Diab.40 g CH csakE (TK tészta nem)					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06341) Diab.40 g CH csakE (TK tészta nem)	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 427.54 Kcal / 1,787.12 Kj	Energia: 530.05 Kcal / 2,215.61 Kj	Energia: 397.05 Kcal / 1,659.67 Kj	Energia: 506.57 Kcal / 2,117.46 Kj	Energia: 408.90 Kcal / 1,709.20 Kj
		Fehérje: 17.72 g; Zsír: 20.54 g; T.Zsírsav: 5.89 g	Fehérje: 22.14 g; Zsír: 28.82 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.43 g; Zsír: 13.80 g; T.Zsírsav: 2.39 g	Fehérje: 35.42 g; Zsír: 21.86 g; T.Zsírsav: 8.45 g	Fehérje: 28.85 g; Zsír: 16.02 g; T.Zsírsav: 4.56 g
		Szénhidrát: 41.64 g; Cukor: 5.91 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 42.98 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.20 g	Szénhidrát: 41.47 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.42 g	Szénhidrát: 41.44 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 0.33 g; Só: 2.17 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06350) Diab. 15-40-15 TEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 427.54 Kcal / 1,787.12 Kj	Energia: 530.05 Kcal / 2,215.61 Kj	Energia: 397.05 Kcal / 1,659.67 Kj	Energia: 506.57 Kcal / 2,117.46 Kj	Energia: 408.90 Kcal / 1,709.20 Kj
		Fehérje: 17.72 g; Zsír: 20.54 g; T.Zsírsav: 5.89 g	Fehérje: 22.14 g; Zsír: 28.82 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.43 g; Zsír: 13.80 g; T.Zsírsav: 2.39 g	Fehérje: 35.42 g; Zsír: 21.86 g; T.Zsírsav: 8.45 g	Fehérje: 28.85 g; Zsír: 16.02 g; T.Zsírsav: 4.56 g
		Szénhidrát: 41.64 g; Cukor: 5.91 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 42.98 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.20 g	Szénhidrát: 41.47 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.42 g	Szénhidrát: 41.44 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 0.33 g; Só: 2.17 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06363) Diab. 20-40-20 gr CH TEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 427.54 Kcal / 1,787.12 Kj	Energia: 530.05 Kcal / 2,215.61 Kj	Energia: 397.05 Kcal / 1,659.67 Kj	Energia: 506.57 Kcal / 2,117.46 Kj	Energia: 408.90 Kcal / 1,709.20 Kj
		Fehérje: 17.72 g; Zsír: 20.54 g; T.Zsírsav: 5.89 g	Fehérje: 22.14 g; Zsír: 28.82 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.43 g; Zsír: 13.80 g; T.Zsírsav: 2.39 g	Fehérje: 35.42 g; Zsír: 21.86 g; T.Zsírsav: 8.45 g	Fehérje: 28.85 g; Zsír: 16.02 g; T.Zsírsav: 4.56 g
		Szénhidrát: 41.64 g; Cukor: 5.91 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 42.98 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.20 g	Szénhidrát: 41.47 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.42 g	Szénhidrát: 41.44 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.99 g	Szénhidrát: 40.36 g; Cukor: 0.33 g; Só: 2.17 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06364) Diab. 15-25-15 g CH T-E-U	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 235.09 Kcal / 982.68 Kj	Energia: 303.17 Kcal / 1,267.25 Kj	Energia: 272.76 Kcal / 1,140.14 Kj	Energia: 303.52 Kcal / 1,268.71 Kj	Energia: 220.63 Kcal / 922.23 Kj
		Fehérje: 9.58 g; Zsír: 10.76 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 11.89 g; Zsír: 16.58 g; T.Zsírsav: 3.72 g	Fehérje: 18.87 g; Zsír: 10.42 g; T.Zsírsav: 1.85 g	Fehérje: 20.92 g; Zsír: 12.82 g; T.Zsírsav: 4.99 g	Fehérje: 13.76 g; Zsír: 7.89 g; T.Zsírsav: 2.09 g
		Szénhidrát: 24.32 g; Cukor: 2.96 g; Só: 0.56 g	Szénhidrát: 25.07 g; Cukor: 0.30 g; Só: 0.74 g	Szénhidrát: 25.31 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.06 g	Szénhidrát: 25.76 g; Cukor: 0.02 g; Só: 0.57 g	Szénhidrát: 25.52 g; Cukor: 0.16 g; Só: 1.09 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06380) Diab. 15-30-15 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 339.70 Kcal / 1,419.95 Kj	Energia: 389.69 Kcal / 1,628.90 Kj	Energia: 303.90 Kcal / 1,270.30 Kj	Energia: 351.12 Kcal / 1,467.68 Kj	Energia: 279.72 Kcal / 1,169.23 Kj
		Fehérje: 14.06 g; Zsír: 17.06 g; T.Zsírsav: 4.91 g	Fehérje: 15.53 g; Zsír: 22.38 g; T.Zsírsav: 5.30 g	Fehérje: 19.27 g; Zsír: 11.51 g; T.Zsírsav: 1.98 g	Fehérje: 23.48 g; Zsír: 15.12 g; T.Zsírsav: 5.64 g	Fehérje: 17.77 g; Zsír: 10.81 g; T.Zsírsav: 2.81 g
		Szénhidrát: 31.57 g; Cukor: 1.78 g; Só: 0.73 g	Szénhidrát: 29.50 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 30.19 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 29.88 g; Cukor: 0.03 g; Só: 0.75 g	Szénhidrát: 30.02 g; Cukor: 0.19 g; Só: 1.49 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06381) Diab. 10-10-45-10-5 TTEUU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 448.86 Kcal / 1,876.23 Kj	Energia: 540.40 Kcal / 2,258.87 Kj	Energia: 428.18 Kcal / 1,789.79 Kj	Energia: 557.88 Kcal / 2,331.94 Kj	Energia: 454.30 Kcal / 1,898.97 Kj
		Fehérje: 18.44 g; Zsír: 21.03 g; T.Zsírsav: 5.96 g	Fehérje: 22.20 g; Zsír: 28.84 g; T.Zsírsav: 6.49 g	Fehérje: 25.83 g; Zsír: 14.89 g; T.Zsírsav: 2.52 g	Fehérje: 40.12 g; Zsír: 24.08 g; T.Zsírsav: 9.53 g	Fehérje: 32.73 g; Zsír: 17.42 g; T.Zsírsav: 5.12 g
		Szénhidrát: 45.13 g; Cukor: 5.91 g; Só: 1.05 g	Szénhidrát: 45.43 g; Cukor: 0.45 g; Só: 1.21 g	Szénhidrát: 46.35 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 44.51 g; Cukor: 0.04 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 44.93 g; Cukor: 0.37 g; Só: 2.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06383) Diab. 20-35-15 T-E-U					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06383) Diab. 20-35-15 T-E-U	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 361.47 Kcal / 1,510.94 Kj	Energia: 442.10 Kcal / 1,847.98 Kj	Energia: 324.94 Kcal / 1,358.25 Kj	Energia: 421.78 Kcal / 1,763.04 Kj	Energia: 308.12 Kcal / 1,287.94 Kj
		Fehérje 14.98 g; Zsír 17.13 g; T.Zsírsav 4.91 g	Fehérje 18.02 g; Zsír 24.40 g; T.Zsírsav 5.53 g	Fehérje 19.47 g; Zsír 11.02 g; T.Zsírsav 1.85 g	Fehérje 29.02 g; Zsír 18.11 g; T.Zsírsav 6.94 g	Fehérje 18.64 g; Zsír 11.41 g; T.Zsírsav 2.89 g
		Szénhidrát 35.70 g; Cukor 5.91 g; Só 0.87 g	Szénhidrát 35.43 g; Cukor 0.30 g; Só 1.06 g	Szénhidrát 35.81 g; Cukor 0.00 g; Só 1.08 g	Szénhidrát 35.18 g; Cukor 0.04 g; Só 0.84 g	Szénhidrát 35.42 g; Cukor 0.24 g; Só 1.57 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06390) Diab. 15-10-25/30-15 g CH TTEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 339.70 Kcal / 1,419.95 Kj	Energia: 389.69 Kcal / 1,628.90 Kj	Energia: 303.90 Kcal / 1,270.30 Kj	Energia: 351.12 Kcal / 1,467.68 Kj	Energia: 279.72 Kcal / 1,169.23 Kj
		Fehérje 14.06 g; Zsír 17.06 g; T.Zsírsav 4.91 g	Fehérje 15.53 g; Zsír 22.38 g; T.Zsírsav 5.30 g	Fehérje 19.27 g; Zsír 11.51 g; T.Zsírsav 1.98 g	Fehérje 23.48 g; Zsír 15.12 g; T.Zsírsav 5.64 g	Fehérje 17.77 g; Zsír 10.81 g; T.Zsírsav 2.81 g
		Szénhidrát 31.57 g; Cukor 1.78 g; Só 0.73 g	Szénhidrát 29.50 g; Cukor 0.30 g; Só 1.01 g	Szénhidrát 30.19 g; Cukor 0.00 g; Só 1.07 g	Szénhidrát 29.88 g; Cukor 0.03 g; Só 0.75 g	Szénhidrát 30.02 g; Cukor 0.19 g; Só 1.49 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06391) Diab. 40-55-40 g CH TEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 571.67 Kcal / 2,389.58 Kj	Energia: 715.29 Kcal / 2,989.91 Kj	Energia: 521.69 Kcal / 2,180.66 Kj	Energia: 673.54 Kcal / 2,815.40 Kj	Energia: 489.02 Kcal / 2,044.10 Kj
		Fehérje 23.32 g; Zsír 27.40 g; T.Zsírsav 7.86 g	Fehérje 30.76 g; Zsír 39.06 g; T.Zsírsav 9.03 g	Fehérje 31.79 g; Zsír 18.35 g; T.Zsírsav 3.14 g	Fehérje 48.87 g; Zsír 28.97 g; T.Zsírsav 11.59 g	Fehérje 31.51 g; Zsír 17.71 g; T.Zsírsav 4.77 g
		Szénhidrát 56.11 g; Cukor 5.92 g; Só 1.29 g	Szénhidrát 56.71 g; Cukor 0.30 g; Só 1.58 g	Szénhidrát 55.87 g; Cukor 0.00 g; Só 1.70 g	Szénhidrát 53.57 g; Cukor 0.05 g; Só 1.18 g	Szénhidrát 54.60 g; Cukor 0.33 g; Só 2.51 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(06120) Diab. 35-45-35 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 263.04 Kcal / 1,099.51 Kj	Energia: 334.17 Kcal / 1,396.83 Kj	Energia: 338.17 Kcal / 1,413.55 Kj	Energia: 332.58 Kcal / 1,390.18 Kj	Energia: 284.26 Kcal / 1,188.21 Kj
		Fehérje: 14.92 g; Zsír: 5.72 g; T.Zsírsav: 2.06 g; Szénhidrát: 35.59 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.30 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 16.17 g; T.Zsírsav: 7.13 g; Szénhidrát: 35.10 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.51 g	Fehérje: 7.39 g; Zsír: 17.16 g; T.Zsírsav: 8.09 g; Szénhidrát: 36.15 g; Cukor: 0.26 g; Só: 1.01 g	Fehérje: 8.21 g; Zsír: 16.53 g; T.Zsírsav: 9.51 g; Szénhidrát: 35.12 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.45 g	Fehérje: 11.20 g; Zsír: 9.72 g; T.Zsírsav: 3.66 g; Szénhidrát: 35.59 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.90 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06130) Diab. 30-25-70-25-50 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g; Szénhidrát: 25.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g; Szénhidrát: 26.35 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.73 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g; Szénhidrát: 25.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.17 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06150) Diab. 25-40-25 gr CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g; Szénhidrát: 25.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g; Szénhidrát: 26.35 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.73 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g; Szénhidrát: 25.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.17 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06160) Diab. 30-20-60-20-30 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj	Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj	Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj	Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj	Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj
		Fehérje: 12.37 g; Zsír: 5.24 g; T.Zsírsav: 1.91 g; Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.88 g	Fehérje: 6.95 g; Zsír: 15.69 g; T.Zsírsav: 6.98 g; Szénhidrát: 20.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.09 g	Fehérje: 4.84 g; Zsír: 16.68 g; T.Zsírsav: 7.94 g; Szénhidrát: 21.45 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.59 g	Fehérje: 5.66 g; Zsír: 16.05 g; T.Zsírsav: 9.36 g; Szénhidrát: 20.42 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.03 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 9.24 g; T.Zsírsav: 3.51 g; Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.48 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06170) Diab. 30-15-60-15-50 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj	Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj	Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj	Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj	Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj
		Fehérje: 11.52 g; Zsír: 5.08 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 6.10 g; Zsír: 15.53 g; T.Zsírsav: 6.93 g	Fehérje: 3.99 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 7.89 g	Fehérje: 4.81 g; Zsír: 15.89 g; T.Zsírsav: 9.31 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 9.08 g; T.Zsírsav: 3.46 g
		Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 16.55 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.45 g	Szénhidrát: 15.52 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06180) Diab.30-15-60-15-40 CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj	Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj	Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj	Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj	Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj
		Fehérje: 11.52 g; Zsír: 5.08 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 6.10 g; Zsír: 15.53 g; T.Zsírsav: 6.93 g	Fehérje: 3.99 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 7.89 g	Fehérje: 4.81 g; Zsír: 15.89 g; T.Zsírsav: 9.31 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 9.08 g; T.Zsírsav: 3.46 g
		Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 16.55 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.45 g	Szénhidrát: 15.52 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06195) Diab. 20-45-20 g CH TEU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj	Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj	Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj	Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj	Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj
		Fehérje: 12.37 g; Zsír: 5.24 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 6.95 g; Zsír: 15.69 g; T.Zsírsav: 6.98 g	Fehérje: 4.84 g; Zsír: 16.68 g; T.Zsírsav: 7.94 g	Fehérje: 5.66 g; Zsír: 16.05 g; T.Zsírsav: 9.36 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 9.24 g; T.Zsírsav: 3.51 g
		Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.09 g	Szénhidrát: 21.45 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.59 g	Szénhidrát: 20.42 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.48 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06210) Diab. 25-55-25 gr CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g
		Szénhidrát; Cukor; Só	Szénhidrát; Cukor; Só	Szénhidrát; Cukor; Só	Szénhidrát; Cukor; Só	Szénhidrát; Cukor; Só

	25.79 g	0.00 g	2.02 g	25.30 g	0.00 g	1.23 g	26.35 g	0.26 g	0.73 g	25.32 g	0.00 g	1.17 g	25.79 g	0.00 g	1.62 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		
(06220) Diab. 50-30-50-30-50 gCH RTEUV	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 237.24 Kcal / 991.66 Kj			Energia: 308.37 Kcal / 1,288.99 Kj			Energia: 312.37 Kcal / 1,305.71 Kj			Energia: 306.78 Kcal / 1,282.34 Kj			Energia: 258.46 Kcal / 1,080.36 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	14.07 g	5.56 g	2.01 g	8.65 g	16.01 g	7.08 g	6.54 g	17.00 g	8.04 g	7.36 g	16.37 g	9.46 g	10.35 g	9.56 g	3.61 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	30.69 g	0.00 g	2.16 g	30.20 g	0.00 g	1.37 g	31.25 g	0.26 g	0.87 g	30.22 g	0.00 g	1.31 g	30.69 g	0.00 g	1.76 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		
(06230) Diab. 25-45/50-15/20 gr CH, zsírs	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj			Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj			Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj			Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj			Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	12.37 g	5.24 g	1.91 g	6.95 g	15.69 g	6.98 g	4.84 g	16.68 g	7.94 g	5.66 g	16.05 g	9.36 g	8.65 g	9.24 g	3.51 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.89 g	0.00 g	1.88 g	20.40 g	0.00 g	1.09 g	21.45 g	0.26 g	0.59 g	20.42 g	0.00 g	1.03 g	20.89 g	0.00 g	1.48 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		
(06240) Diab. 20-50-20 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj			Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj			Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj			Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj			Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	12.37 g	5.24 g	1.91 g	6.95 g	15.69 g	6.98 g	4.84 g	16.68 g	7.94 g	5.66 g	16.05 g	9.36 g	8.65 g	9.24 g	3.51 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.89 g	0.00 g	1.88 g	20.40 g	0.00 g	1.09 g	21.45 g	0.26 g	0.59 g	20.42 g	0.00 g	1.03 g	20.89 g	0.00 g	1.48 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		
(06250) Diab. 30-20-50-20-40-20 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj			Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj			Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj			Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj			Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	12.37 g	5.24 g	1.91 g	6.95 g	15.69 g	6.98 g	4.84 g	16.68 g	7.94 g	5.66 g	16.05 g	9.36 g	8.65 g	9.24 g	3.51 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.89 g	0.00 g	1.88 g	20.40 g	0.00 g	1.09 g	21.45 g	0.26 g	0.59 g	20.42 g	0.00 g	1.03 g	20.89 g	0.00 g	1.48 g

	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1			
(06260) Diab. 30-25-50-25-30 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával			
	Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj			Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj			Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj			Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj			Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	13.22 g	5.40 g	1.96 g	7.80 g	15.85 g	7.03 g	5.69 g	16.84 g	7.99 g	6.51 g	16.21 g	9.41 g	9.50 g	9.40 g	3.56 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	25.79 g	0.00 g	2.02 g	25.30 g	0.00 g	1.23 g	26.35 g	0.26 g	0.73 g	25.32 g	0.00 g	1.17 g	25.79 g	0.00 g	1.62 g	
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1			
(06265) Diab. 25-20-60-40/45 gr CH TTEU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával			
	Energia: 288.84 Kcal / 1,207.35 Kj			Energia: 359.97 Kcal / 1,504.67 Kj			Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 Kj			Energia: 358.38 Kcal / 1,498.03 Kj			Energia: 310.06 Kcal / 1,296.05 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	15.77 g	5.88 g	2.11 g	10.35 g	16.33 g	7.18 g	8.24 g	17.32 g	8.14 g	9.06 g	16.69 g	9.56 g	12.05 g	9.88 g	3.71 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	40.49 g	0.00 g	2.44 g	40.00 g	0.00 g	1.65 g	41.05 g	0.26 g	1.15 g	40.02 g	0.00 g	1.59 g	40.49 g	0.00 g	2.04 g	
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1			
(06270) Diab. 35-15-50-15-35 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával			
	Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj			Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj			Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj			Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj			Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	11.52 g	5.08 g	1.86 g	6.10 g	15.53 g	6.93 g	3.99 g	16.52 g	7.89 g	4.81 g	15.89 g	9.31 g	7.80 g	9.08 g	3.46 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	15.99 g	0.00 g	1.74 g	15.50 g	0.00 g	0.95 g	16.55 g	0.26 g	0.45 g	15.52 g	0.00 g	0.89 g	15.99 g	0.00 g	1.34 g	
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1			
(06280) Diab. (25/30-40-15 gr CH)-TEU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával			
	Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj			Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj			Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj			Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj			Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	11.52 g	5.08 g	1.86 g	6.10 g	15.53 g	6.93 g	3.99 g	16.52 g	7.89 g	4.81 g	15.89 g	9.31 g	7.80 g	9.08 g	3.46 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	15.99 g	0.00 g	1.74 g	15.50 g	0.00 g	0.95 g	16.55 g	0.26 g	0.45 g	15.52 g	0.00 g	0.89 g	15.99 g	0.00 g	1.34 g	
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1			

(06300) Diab. 15-45-15 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj			Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj			Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj			Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj			Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	11.52 g	5.08 g	1.86 g	6.10 g	15.53 g	6.93 g	3.99 g	16.52 g	7.89 g	4.81 g	15.89 g	9.31 g	7.80 g	9.08 g	3.46 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	15.99 g	0.00 g	1.74 g	15.50 g	0.00 g	0.95 g	16.55 g	0.26 g	0.45 g	15.52 g	0.00 g	0.89 g	15.99 g	0.00 g	1.34 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		
(06330) Diab. 20-20-30-10-10 g CH TTEUU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával, Narancs			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Narancs			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel, Narancs			Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Narancs			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával, Narancs		
	Energia: 174.43 Kcal / 729.12 Kj			Energia: 250.72 Kcal / 1,048.01 Kj			Energia: 254.72 Kcal / 1,064.73 Kj			Energia: 249.13 Kcal / 1,041.36 Kj			Energia: 195.65 Kcal / 817.82 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	11.16 g	5.11 g	1.80 g	5.91 g	15.59 g	6.88 g	3.80 g	16.58 g	7.84 g	4.62 g	15.95 g	9.26 g	7.44 g	9.11 g	3.40 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	19.46 g	0.00 g	1.58 g	19.95 g	0.00 g	0.82 g	21.00 g	0.26 g	0.32 g	19.97 g	0.00 g	0.76 g	19.46 g	0.00 g	1.18 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		
(06340) Diab. 30-20-40/45-20-30 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj			Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj			Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj			Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj			Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	12.37 g	5.24 g	1.91 g	6.95 g	15.69 g	6.98 g	4.84 g	16.68 g	7.94 g	5.66 g	16.05 g	9.36 g	8.65 g	9.24 g	3.51 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.89 g	0.00 g	1.88 g	20.40 g	0.00 g	1.09 g	21.45 g	0.26 g	0.59 g	20.42 g	0.00 g	1.03 g	20.89 g	0.00 g	1.48 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		
(06350) Diab. 15-40-15 TEU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával			Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel			Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával		
	Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj			Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj			Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj			Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj			Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	11.52 g	5.08 g	1.86 g	6.10 g	15.53 g	6.93 g	3.99 g	16.52 g	7.89 g	4.81 g	15.89 g	9.31 g	7.80 g	9.08 g	3.46 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	15.99 g	0.00 g	1.74 g	15.50 g	0.00 g	0.95 g	16.55 g	0.26 g	0.45 g	15.52 g	0.00 g	0.89 g	15.99 g	0.00 g	1.34 g
	1			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1		

(06363) Diab. 20-40-20 gr CH TEU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj	Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj	Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj	Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj	Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj
	Fehérje: 12.37 g; Zsír: 5.24 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 6.95 g; Zsír: 15.69 g; T.Zsírsav: 6.98 g	Fehérje: 4.84 g; Zsír: 16.68 g; T.Zsírsav: 7.94 g	Fehérje: 5.66 g; Zsír: 16.05 g; T.Zsírsav: 9.36 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 9.24 g; T.Zsírsav: 3.51 g
	Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.09 g	Szénhidrát: 21.45 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.59 g	Szénhidrát: 20.42 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.48 g
	1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
(06364) Diab. 15-25-15 g CH T-E-U	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj	Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj	Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj	Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj	Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj
	Fehérje: 11.52 g; Zsír: 5.08 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 6.10 g; Zsír: 15.53 g; T.Zsírsav: 6.93 g	Fehérje: 3.99 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 7.89 g	Fehérje: 4.81 g; Zsír: 15.89 g; T.Zsírsav: 9.31 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 9.08 g; T.Zsírsav: 3.46 g
	Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 16.55 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.45 g	Szénhidrát: 15.52 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g
	1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
(06380) Diab. 15-30-15 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
	Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj	Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj	Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj	Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj	Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj
	Fehérje: 11.52 g; Zsír: 5.08 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 6.10 g; Zsír: 15.53 g; T.Zsírsav: 6.93 g	Fehérje: 3.99 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 7.89 g	Fehérje: 4.81 g; Zsír: 15.89 g; T.Zsírsav: 9.31 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 9.08 g; T.Zsírsav: 3.46 g
	Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.74 g	Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 16.55 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.45 g	Szénhidrát: 15.52 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g
	1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
(06381) Diab. 10-10-45-10-5 TTEUU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával, Narancs	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Narancs	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel, Narancs	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Narancs	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával, Narancs
	Energia: 149.59 Kcal / 625.29 Kj	Energia: 225.88 Kcal / 944.18 Kj	Energia: 229.88 Kcal / 960.90 Kj	Energia: 224.29 Kcal / 937.53 Kj	Energia: 170.81 Kcal / 713.99 Kj
	Fehérje: 10.80 g; Zsír: 4.99 g; T.Zsírsav: 1.80 g	Fehérje: 5.55 g; Zsír: 15.47 g; T.Zsírsav: 6.88 g	Fehérje: 3.44 g; Zsír: 16.46 g; T.Zsírsav: 7.84 g	Fehérje: 4.26 g; Zsír: 15.83 g; T.Zsírsav: 9.26 g	Fehérje: 7.08 g; Zsír: 8.99 g; T.Zsírsav: 3.40 g
	Szénhidrát: 14.36 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.58 g	Szénhidrát: 14.85 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.82 g	Szénhidrát: 15.90 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.32 g	Szénhidrát: 14.87 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.76 g	Szénhidrát: 14.36 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.18 g
	1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1

	(06383) Diab. 20-35-15 T-E-U	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj	Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj	Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj	Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj	Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj
		Fehérje: 11.52 g; Zsír: 5.08 g; T.Zsírsav: 1.86 g; Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.74 g	Fehérje: 6.10 g; Zsír: 15.53 g; T.Zsírsav: 6.93 g; Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.95 g	Fehérje: 3.99 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 7.89 g; Szénhidrát: 16.55 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.45 g	Fehérje: 4.81 g; Zsír: 15.89 g; T.Zsírsav: 9.31 g; Szénhidrát: 15.52 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 9.08 g; T.Zsírsav: 3.46 g; Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06390) Diab. 15-10-25/30-15 g CH TTEU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 159.84 Kcal / 668.13 Kj	Energia: 230.97 Kcal / 965.45 Kj	Energia: 234.97 Kcal / 982.17 Kj	Energia: 229.38 Kcal / 958.81 Kj	Energia: 181.06 Kcal / 756.83 Kj
		Fehérje: 11.52 g; Zsír: 5.08 g; T.Zsírsav: 1.86 g; Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.74 g	Fehérje: 6.10 g; Zsír: 15.53 g; T.Zsírsav: 6.93 g; Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.95 g	Fehérje: 3.99 g; Zsír: 16.52 g; T.Zsírsav: 7.89 g; Szénhidrát: 16.55 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.45 g	Fehérje: 4.81 g; Zsír: 15.89 g; T.Zsírsav: 9.31 g; Szénhidrát: 15.52 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 9.08 g; T.Zsírsav: 3.46 g; Szénhidrát: 15.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06391) Diab. 40-55-40 g CH TEU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 288.84 Kcal / 1,207.35 Kj	Energia: 359.97 Kcal / 1,504.67 Kj	Energia: 363.97 Kcal / 1,521.39 Kj	Energia: 358.38 Kcal / 1,498.03 Kj	Energia: 310.06 Kcal / 1,296.05 Kj
		Fehérje: 15.77 g; Zsír: 5.88 g; T.Zsírsav: 2.11 g; Szénhidrát: 40.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.44 g	Fehérje: 10.35 g; Zsír: 16.33 g; T.Zsírsav: 7.18 g; Szénhidrát: 40.00 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.65 g	Fehérje: 8.24 g; Zsír: 17.32 g; T.Zsírsav: 8.14 g; Szénhidrát: 41.05 g; Cukor: 0.26 g; Só: 1.15 g	Fehérje: 9.06 g; Zsír: 16.69 g; T.Zsírsav: 9.56 g; Szénhidrát: 40.02 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.59 g	Fehérje: 12.05 g; Zsír: 9.88 g; T.Zsírsav: 3.71 g; Szénhidrát: 40.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.04 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
Vacsora	**(06110) Diab. 80-80-80 g CH H-V**	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]	Ásványvíz, Sonkás pizza[1,7]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
		Energia: 988.88 Kcal / 4,133.52 Kj	Energia: 981.72 Kcal / 4,103.59 Kj	Energia: 595.90 Kcal / 2,490.86 Kj	Energia: 920.99 Kcal / 3,849.74 Kj	Energia: 706.08 Kcal / 2,951.41 Kj
		Fehérje: 48.55 g; Zsír: 53.27 g; T.Zsírsav: 16.55 g; Szénhidrát	Fehérje: 43.97 g; Zsír: 52.61 g; T.Zsírsav: 13.72 g; Szénhidrát	Fehérje: 25.88 g; Zsír: 17.94 g; T.Zsírsav: 6.94 g; Szénhidrát	Fehérje: 57.53 g; Zsír: 40.11 g; T.Zsírsav: 20.08 g; Szénhidrát	Fehérje: 41.29 g; Zsír: 23.29 g; T.Zsírsav: 5.15 g; Szénhidrát

	78.51 g	0.01 g	5.18 g	80.48 g	0.40 g	2.79 g	80.49 g	9.53 g	4.45 g	81.97 g	5.76 g	9.06 g	81.99 g	0.01 g	2.27 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06130) Diab. 30-25-70-25-50 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
	Energia: 638.17 Kcal / 2,667.55 Kj			Energia: 745.68 Kcal / 3,116.94 Kj			Energia: 397.44 Kcal / 1,661.30 Kj			Energia: 581.68 Kcal / 2,431.42 Kj			Energia: 518.34 Kcal / 2,166.66 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	31.32 g	34.37 g	10.68 g	40.22 g	41.73 g	11.76 g	17.26 g	11.96 g	4.62 g	36.34 g	25.33 g	12.68 g	33.64 g	19.79 g	4.60 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	50.66 g	0.01 g	3.34 g	50.56 g	0.40 g	2.39 g	53.67 g	6.35 g	2.97 g	51.77 g	3.64 g	5.72 g	50.81 g	0.01 g	1.94 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06140) Diab. 30-65-50 g CH R-E-V	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
	Energia: 638.17 Kcal / 2,667.55 Kj			Energia: 745.68 Kcal / 3,116.94 Kj			Energia: 397.44 Kcal / 1,661.30 Kj			Energia: 581.68 Kcal / 2,431.42 Kj			Energia: 518.34 Kcal / 2,166.66 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	31.32 g	34.37 g	10.68 g	40.22 g	41.73 g	11.76 g	17.26 g	11.96 g	4.62 g	36.34 g	25.33 g	12.68 g	33.64 g	19.79 g	4.60 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	50.66 g	0.01 g	3.34 g	50.56 g	0.40 g	2.39 g	53.67 g	6.35 g	2.97 g	51.77 g	3.64 g	5.72 g	50.81 g	0.01 g	1.94 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06160) Diab. 30-20-60-20-30 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
	Energia: 383.11 Kcal / 1,601.40 Kj			Energia: 600.43 Kcal / 2,509.80 Kj			Energia: 223.79 Kcal / 935.44 Kj			Energia: 363.55 Kcal / 1,519.64 Kj			Energia: 393.17 Kcal / 1,643.45 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	18.79 g	20.62 g	6.41 g	37.91 g	35.04 g	10.55 g	9.71 g	6.73 g	2.60 g	22.71 g	15.83 g	7.93 g	28.54 g	17.45 g	4.23 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	30.40 g	0.01 g	2.00 g	32.14 g	0.40 g	2.14 g	30.20 g	3.58 g	1.67 g	32.36 g	2.27 g	3.58 g	30.02 g	0.01 g	1.72 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06170) Diab. 30-15-60-15-50 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
	Energia: 638.17 Kcal / 2,667.55 Kj			Energia: 745.68 Kcal / 3,116.94 Kj			Energia: 397.44 Kcal / 1,661.30 Kj			Energia: 581.68 Kcal / 2,431.42 Kj			Energia: 518.34 Kcal / 2,166.66 Kj		

	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	31.32 g	34.37 g	10.68 g	40.22 g	41.73 g	11.76 g	17.26 g	11.96 g	4.62 g	36.34 g	25.33 g	12.68 g	33.64 g	19.79 g	4.60 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	50.66 g	0.01 g	3.34 g	50.56 g	0.40 g	2.39 g	53.67 g	6.35 g	2.97 g	51.77 g	3.64 g	5.72 g	50.81 g	0.01 g	1.94 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06180) Diab.30-15-60-15-40 CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
	Energia: 510.64 Kcal / 2,134.48 Kj			Energia: 673.06 Kcal / 2,813.39 Kj			Energia: 298.21 Kcal / 1,246.52 Kj			Energia: 460.49 Kcal / 1,924.85 Kj			Energia: 455.76 Kcal / 1,905.08 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	25.06 g	27.50 g	8.54 g	39.07 g	38.39 g	11.16 g	12.94 g	8.97 g	3.47 g	28.77 g	20.05 g	10.04 g	31.09 g	18.62 g	4.42 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	40.53 g	0.01 g	2.67 g	41.35 g	0.40 g	2.27 g	40.26 g	4.77 g	2.23 g	40.98 g	2.88 g	4.53 g	40.42 g	0.01 g	1.83 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06200) Diab. 35-55-60 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
	Energia: 765.70 Kcal / 3,200.63 Kj			Energia: 836.47 Kcal / 3,496.44 Kj			Energia: 447.06 Kcal / 1,868.71 Kj			Energia: 678.62 Kcal / 2,836.63 Kj			Energia: 580.92 Kcal / 2,428.25 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	37.58 g	41.24 g	12.82 g	41.66 g	45.92 g	12.51 g	19.41 g	13.46 g	5.20 g	42.39 g	29.55 g	14.80 g	36.19 g	20.95 g	4.78 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	60.79 g	0.01 g	4.01 g	62.07 g	0.40 g	2.54 g	60.37 g	7.15 g	3.34 g	60.40 g	4.24 g	6.68 g	61.20 g	0.01 g	2.05 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06220) Diab. 50-30-50-30-50 gCH RTEUV	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]			Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
	Energia: 638.17 Kcal / 2,667.55 Kj			Energia: 745.68 Kcal / 3,116.94 Kj			Energia: 397.44 Kcal / 1,661.30 Kj			Energia: 581.68 Kcal / 2,431.42 Kj			Energia: 518.34 Kcal / 2,166.66 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	31.32 g	34.37 g	10.68 g	40.22 g	41.73 g	11.76 g	17.26 g	11.96 g	4.62 g	36.34 g	25.33 g	12.68 g	33.64 g	19.79 g	4.60 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	50.66 g	0.01 g	3.34 g	50.56 g	0.40 g	2.39 g	53.67 g	6.35 g	2.97 g	51.77 g	3.64 g	5.72 g	50.81 g	0.01 g	1.94 g
	1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
(06250) Diab. 30-20-50-20-40-20 g	Csipkebogyó tea			Ásványvíz, Óvári			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15],			Ásványvíz, Sonkás pizza			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15],		

CH	édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]	sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)	Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]	[1,7]	Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
	Energia: 510.64 Kcal / 2,134.48 Kj	Energia: 673.06 Kcal / 2,813.39 Kj	Energia: 298.21 Kcal / 1,246.52 Kj	Energia: 460.49 Kcal / 1,924.85 Kj	Energia: 455.76 Kcal / 1,905.08 Kj
	Fehérje: 25.06 g; Zsír: 27.50 g; T.Zsírsav: 8.54 g; Szénhidrát: 40.53 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.67 g	Fehérje: 39.07 g; Zsír: 38.39 g; T.Zsírsav: 11.16 g; Szénhidrát: 41.35 g; Cukor: 0.40 g; Só: 2.27 g	Fehérje: 12.94 g; Zsír: 8.97 g; T.Zsírsav: 3.47 g; Szénhidrát: 40.26 g; Cukor: 4.77 g; Só: 2.23 g	Fehérje: 28.77 g; Zsír: 20.05 g; T.Zsírsav: 10.04 g; Szénhidrát: 40.98 g; Cukor: 2.88 g; Só: 4.53 g	Fehérje: 31.09 g; Zsír: 18.62 g; T.Zsírsav: 4.42 g; Szénhidrát: 40.42 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.83 g
	1,7,15	1,7	1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)	1,7	1,3,7,10,15,(12)
(06260) Diab. 30-25-50-25-30 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]	Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
	Energia: 383.11 Kcal / 1,601.40 Kj	Energia: 600.43 Kcal / 2,509.80 Kj	Energia: 223.79 Kcal / 935.44 Kj	Energia: 363.55 Kcal / 1,519.64 Kj	Energia: 393.17 Kcal / 1,643.45 Kj
	Fehérje: 18.79 g; Zsír: 20.62 g; T.Zsírsav: 6.41 g; Szénhidrát: 30.40 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.00 g	Fehérje: 37.91 g; Zsír: 35.04 g; T.Zsírsav: 10.55 g; Szénhidrát: 32.14 g; Cukor: 0.40 g; Só: 2.14 g	Fehérje: 9.71 g; Zsír: 6.73 g; T.Zsírsav: 2.60 g; Szénhidrát: 30.20 g; Cukor: 3.58 g; Só: 1.67 g	Fehérje: 22.71 g; Zsír: 15.83 g; T.Zsírsav: 7.93 g; Szénhidrát: 32.36 g; Cukor: 2.27 g; Só: 3.58 g	Fehérje: 28.54 g; Zsír: 17.45 g; T.Zsírsav: 4.23 g; Szénhidrát: 30.02 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.72 g
	1,7,15	1,7	1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)	1,7	1,3,7,10,15,(12)
(06270) Diab. 35-15-50-15-35 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]	Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
	Energia: 446.88 Kcal / 1,867.96 Kj	Energia: 618.58 Kcal / 2,585.66 Kj	Energia: 273.40 Kcal / 1,142.81 Kj	Energia: 387.78 Kcal / 1,620.92 Kj	Energia: 434.89 Kcal / 1,817.84 Kj
	Fehérje: 21.92 g; Zsír: 24.06 g; T.Zsírsav: 7.48 g; Szénhidrát: 35.47 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.34 g	Fehérje: 38.20 g; Zsír: 35.87 g; T.Zsírsav: 10.70 g; Szénhidrát: 34.44 g; Cukor: 0.40 g; Só: 2.17 g	Fehérje: 11.86 g; Zsír: 8.22 g; T.Zsírsav: 3.18 g; Szénhidrát: 36.90 g; Cukor: 4.37 g; Só: 2.04 g	Fehérje: 24.22 g; Zsír: 16.89 g; T.Zsírsav: 8.46 g; Szénhidrát: 34.51 g; Cukor: 2.42 g; Só: 3.82 g	Fehérje: 30.24 g; Zsír: 18.23 g; T.Zsírsav: 4.35 g; Szénhidrát: 36.95 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.79 g
	1,7,15	1,7	1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)	1,7	1,3,7,10,15,(12)
(06340) Diab. 30-20-40/45-20-30 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]	Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
	Energia: 383.11 Kcal / 1,601.40 Kj	Energia: 600.43 Kcal / 2,509.80 Kj	Energia: 223.79 Kcal / 935.44 Kj	Energia: 363.55 Kcal / 1,519.64 Kj	Energia: 393.17 Kcal / 1,643.45 Kj
	Fehérje: 18.79 g; Zsír: 20.62 g; T.Zsírsav: 6.41 g; Szénhidrát: 30.40 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.00 g	Fehérje: 37.91 g; Zsír: 35.04 g; T.Zsírsav: 10.55 g; Szénhidrát: 32.14 g; Cukor: 0.40 g; Só: 2.14 g	Fehérje: 9.71 g; Zsír: 6.73 g; T.Zsírsav: 2.60 g; Szénhidrát: 30.20 g; Cukor: 3.58 g; Só: 1.67 g	Fehérje: 22.71 g; Zsír: 15.83 g; T.Zsírsav: 7.93 g; Szénhidrát: 32.36 g; Cukor: 2.27 g; Só: 3.58 g	Fehérje: 28.54 g; Zsír: 17.45 g; T.Zsírsav: 4.23 g; Szénhidrát: 30.02 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.72 g

	1,7,15	1,7	1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)	1,7	1,3,7,10,15,(12)

.....
Élelmezésvezető

Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(06400) Zs,EFsz,E600-630kcal,TU300-330kcal	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje: 7.30 g; Zsír: 16.36 g; T.Zsírsav: 9.46 g	Fehérje: 10.59 g; Zsír: 14.48 g; T.Zsírsav: 5.44 g	Fehérje: 6.67 g; Zsír: 18.51 g; T.Zsírsav: 7.11 g	Fehérje: 6.58 g; Zsír: 17.08 g; T.Zsírsav: 8.03 g	Fehérje: 13.59 g; Zsír: 5.44 g; T.Zsírsav: 2.01 g
		Szénhidrát: 30.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.31 g	Szénhidrát: 29.55 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.53 g	Szénhidrát: 30.84 g; Cukor: 0.80 g; Só: 0.88 g	Szénhidrát: 31.42 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.85 g	Szénhidrát: 29.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1
	(06500) Diab.,tej-szójM 30-25-70-25-50 gCH	Ásványvíz, Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Növényi szendvicskrémes	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Ásványvíz, Tonhalkrémes [4], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 281.13 Kcal / 1,175.12 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 183.55 Kcal / 767.24 Kj	Energia: 248.54 Kcal / 1,038.90 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje: 11.83 g; Zsír: 11.58 g; T.Zsírsav: 9.04 g	Fehérje: 10.59 g; Zsír: 14.48 g; T.Zsírsav: 5.44 g	Fehérje: 6.54 g; Zsír: 3.54 g; T.Zsírsav: 1.47 g	Fehérje: 5.63 g; Zsír: 10.61 g; T.Zsírsav: 8.67 g	Fehérje: 13.59 g; Zsír: 5.44 g; T.Zsírsav: 2.01 g
		Szénhidrát: 30.74 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.25 g	Szénhidrát: 29.55 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.53 g	Szénhidrát: 29.42 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.91 g	Szénhidrát: 30.89 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.40 g	Szénhidrát: 29.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.16 g
		1	1,15	1,4	1,15	1
	(06511) Diab.kálciumbő 30-20-50-20-40-20	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kápia paprikával	Ásványvíz, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 306.12 Kcal / 1,279.58 Kj	Energia: 299.77 Kcal / 1,253.04 Kj	Energia: 325.80 Kcal / 1,361.84 Kj	Energia: 315.08 Kcal / 1,317.03 Kj	Energia: 229.40 Kcal / 958.89 Kj
		Fehérje: 7.30 g; Zsír: 16.36 g; T.Zsírsav: 9.46 g	Fehérje: 10.59 g; Zsír: 14.48 g; T.Zsírsav: 5.44 g	Fehérje: 6.67 g; Zsír: 18.51 g; T.Zsírsav: 7.11 g	Fehérje: 6.58 g; Zsír: 17.08 g; T.Zsírsav: 8.03 g	Fehérje: 13.59 g; Zsír: 5.44 g; T.Zsírsav: 2.01 g
		Szénhidrát: 30.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.31 g	Szénhidrát: 29.55 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.53 g	Szénhidrát: 30.84 g; Cukor: 0.80 g; Só: 0.88 g	Szénhidrát: 31.42 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.85 g	Szénhidrát: 29.49 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.16 g
		1,7	1,15	1,3,4,7,10	1,7,15	1

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	**(06640) Diab.GM 5-10-60 g CH TTE**	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Abonett			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Abonett, Liga margarinnal			Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Abonett			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Abonett, Kápia paprikával			Ásványvíz, Szendvics sonkás, Abonett, Liga margarinnal		
		Energia: 103.07 Kcal / 430.83 Kj			Energia: 172.38 Kcal / 720.55 Kj			Energia: 130.01 Kcal / 543.44 Kj			Energia: 106.24 Kcal / 444.08 Kj			Energia: 102.01 Kcal / 426.40 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		1.80 g	8.00 g	4.64 g	6.19 g	13.82 g	5.20 g	1.64 g	10.83 g	4.15 g	1.54 g	8.36 g	3.91 g	9.19 g	4.78 g	1.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		5.46 g	0.09 g	0.30 g	5.21 g	0.10 g	1.75 g	5.92 g	0.57 g	0.08 g	5.66 g	0.08 g	0.05 g	5.15 g	0.09 g	1.38 g
		7			15			3,4,7,10			7,15					
	(06655) Diab. GM 30-50-30 g CH REV	Ásványvíz, Natúr sajtkrémes[7], Gluténmentes pékáru			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Ásványvíz, Tonhalkrémes [3,4,7,10], Gluténmentes pékáru			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Kápia paprikával			Ásványvíz, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 313.38 Kcal / 1,309.93 Kj			Energia: 296.23 Kcal / 1,238.24 Kj			Energia: 322.26 Kcal / 1,347.05 Kj			Energia: 311.54 Kcal / 1,302.24 Kj			Energia: 225.86 Kcal / 944.09 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.24 g	16.51 g	9.39 g	9.26 g	14.56 g	5.35 g	5.34 g	18.59 g	7.02 g	5.25 g	17.16 g	7.94 g	12.26 g	5.52 g	1.92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		31.33 g	0.45 g	0.86 g	28.64 g	0.43 g	2.05 g	29.93 g	1.22 g	0.40 g	30.51 g	0.43 g	0.37 g	28.58 g	0.42 g	1.68 g
		7			15			3,4,7,10			7,15					
Tízórai	**(06396) Natív cukormentes, OM**	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal		
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj			Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj			Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj			Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj			Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		10.72 g	11.74 g	3.76 g	15.66 g	11.84 g	4.11 g	17.47 g	5.46 g	2.15 g	5.58 g	6.98 g	5.52 g	3.73 g	1.87 g	0.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		24.96 g	0.01 g	1.07 g	25.91 g	0.48 g	1.07 g	61.71 g	1.09 g	2.72 g	30.17 g	0.01 g	1.12 g	25.59 g	0.01 g	0.60 g
		1,7,10,15,(12)			1,3,15			1,15			1,15			1,15		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(06400) Zs,EFsz,E600-630kcal,TU300-330kcal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 5.58 g; Zsír: 6.98 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g
		Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 61.71 g; Cukor: 1.09 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 30.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06410) Zsír-,Esz E:550kcal,T-U260kcal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj	Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj	Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj	Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj	Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj
		Fehérje: 8.47 g; Zsír: 9.29 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 14.81 g; Zsír: 11.68 g; T.Zsírsav: 4.06 g	Fehérje: 11.89 g; Zsír: 5.12 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 3.88 g; Zsír: 6.66 g; T.Zsírsav: 5.42 g	Fehérje: 2.88 g; Zsír: 1.71 g; T.Zsírsav: 0.71 g
		Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 21.01 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.93 g	Szénhidrát: 19.71 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.84 g	Szénhidrát: 20.69 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.46 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06415) Zsír-,Esz, E:450 kcal,TU:150 kcal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 5.58 g; Zsír: 6.98 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g
		Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 61.71 g; Cukor: 1.09 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 30.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06420) Zsír-,Esz E:322kcal,T-U184kcal					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(06420) Zsír-,Esz E:322kcal,T-U184kcal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 5.58 g; Zsír: 6.98 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g
		Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 61.71 g; Cukor: 1.09 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 30.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06421) Energiaszegény (30-50-20 gr CH)TEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 299.70 Kcal / 1,252.75 Kj	Energia: 334.66 Kcal / 1,398.88 Kj	Energia: 229.92 Kcal / 961.07 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 192.10 Kcal / 802.98 Kj
		Fehérje: 12.97 g; Zsír: 14.20 g; T.Zsírsav: 4.70 g	Fehérje: 16.51 g; Zsír: 12.00 g; T.Zsírsav: 4.16 g	Fehérje: 13.59 g; Zsír: 5.44 g; T.Zsírsav: 2.01 g	Fehérje: 5.58 g; Zsír: 6.98 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 5.43 g; Zsír: 2.19 g; T.Zsírsav: 0.86 g
		Szénhidrát: 29.54 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.20 g	Szénhidrát: 30.81 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.21 g	Szénhidrát: 29.51 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.16 g	Szénhidrát: 30.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 35.39 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.88 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06423) Natív cukorM., sószegény, citrusM	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10, (12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 204.12 Kcal / 853.22 Kj	Energia: 212.58 Kcal / 888.58 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 12.74 g; Zsír: 5.28 g; T.Zsírsav: 1.96 g	Fehérje: 5.58 g; Zsír: 6.98 g; T.Zsírsav: 5.52 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g
		Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 24.61 g; Cukor: 0.01 g; Só: 2.02 g	Szénhidrát: 30.17 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(06500) Diab.,tejszójM 30-25-70-25-50 gCH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros [15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 186.78 Kcal / 780.74 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 4.73 g; Zsír: 6.82 g; T.Zsírsav: 5.47 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g
		Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 61.71 g; Cukor: 1.09 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 25.27 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.98 g	Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06511) Diab.kálciumbő 30-20-50-20-40-20	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB[1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Diabetikus szilvalekváros [15], Liga margarinnal
		Energia: 200.33 Kcal / 837.38 Kj	Energia: 283.06 Kcal / 1,183.19 Kj	Energia: 178.32 Kcal / 745.38 Kj	Energia: 160.98 Kcal / 672.90 Kj	Energia: 114.70 Kcal / 479.45 Kj
		Fehérje: 8.47 g; Zsír: 9.29 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 14.81 g; Zsír: 11.68 g; T.Zsírsav: 4.06 g	Fehérje: 11.89 g; Zsír: 5.12 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 3.88 g; Zsír: 6.66 g; T.Zsírsav: 5.42 g	Fehérje: 2.88 g; Zsír: 1.71 g; T.Zsírsav: 0.71 g
		Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 21.01 g; Cukor: 0.48 g; Só: 0.93 g	Szénhidrát: 19.71 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.37 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.84 g	Szénhidrát: 20.69 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.46 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06530) Diab,GM,tejszójM 15-35-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Salátalevéllel	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Gluténmentes pékáru, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Olasz felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 171.92 Kcal / 718.63 Kj	Energia: 256.15 Kcal / 1,070.71 Kj	Energia: 155.42 Kcal / 649.66 Kj	Energia: 139.79 Kcal / 584.32 Kj	Energia: 225.27 Kcal / 941.63 Kj
		Fehérje: 6.71 g; Zsír: 7.81 g; T.Zsírsav: 2.88 g	Fehérje: 13.31 g; Zsír: 11.56 g; T.Zsírsav: 3.96 g	Fehérje: 10.49 g; Zsír: 5.03 g; T.Zsírsav: 1.82 g	Fehérje: 2.73 g; Zsír: 6.57 g; T.Zsírsav: 5.35 g	Fehérje: 7.49 g; Zsír: 14.07 g; T.Zsírsav: 5.25 g
		Szénhidrát: 16.64 g; Cukor: 0.25 g; Só: 0.21 g	Szénhidrát: 15.78 g; Cukor: 0.69 g; Só: 0.55 g	Szénhidrát: 15.24 g; Cukor: 0.23 g; Só: 1.51 g	Szénhidrát: 16.26 g; Cukor: 0.16 g; Só: 0.55 g	Szénhidrát: 15.28 g; Cukor: 0.23 g; Só: 1.88 g
		15	3,15	15	15	15
	(06550) Eszeg.,TM,nat.cukorM (E:550,TU:260)					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(06550) Eszeg.,TM,nat.cukorM (E:550,TU:260)	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog[1,7], Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros [15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal
		Energia: 250.02 Kcal / 1,045.08 Kj	Energia: 308.86 Kcal / 1,291.03 Kj	Energia: 372.12 Kcal / 1,555.46 Kj	Energia: 186.78 Kcal / 780.74 Kj	Energia: 140.50 Kcal / 587.29 Kj
		Fehérje: 10.72 g; Zsír: 11.74 g; T.Zsírsav: 3.76 g	Fehérje: 15.66 g; Zsír: 11.84 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 17.47 g; Zsír: 5.46 g; T.Zsírsav: 2.15 g	Fehérje: 4.73 g; Zsír: 6.82 g; T.Zsírsav: 5.47 g	Fehérje: 3.73 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.76 g
		Szénhidrát: 24.96 g; Cukor: 0.01 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 25.91 g; Cukor: 0.48 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 61.71 g; Cukor: 1.09 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 25.27 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.98 g	Szénhidrát: 25.59 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.60 g
		1,7,10,15,(12)	1,3,15	1,15	1,15	1,15
	(06630) Diab.GM 20-45-20 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros [15], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 193.85 Kcal / 810.29 Kj	Energia: 287.90 Kcal / 1,203.42 Kj	Energia: 183.16 Kcal / 765.61 Kj	Energia: 164.61 Kcal / 688.07 Kj	Energia: 112.93 Kcal / 472.05 Kj
		Fehérje: 7.28 g; Zsír: 8.42 g; T.Zsírsav: 2.40 g	Fehérje: 14.10 g; Zsír: 11.78 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 11.18 g; Zsír: 5.22 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 3.35 g; Zsír: 6.74 g; T.Zsírsav: 5.38 g	Fehérje: 2.21 g; Zsír: 1.75 g; T.Zsírsav: 0.67 g
		Szénhidrát: 20.43 g; Cukor: 0.21 g; Só: 0.75 g	Szénhidrát: 21.76 g; Cukor: 0.78 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 20.46 g; Cukor: 0.31 g; Só: 1.58 g	Szénhidrát: 20.93 g; Cukor: 0.24 g; Só: 0.62 g	Szénhidrát: 20.24 g; Cukor: 0.22 g; Só: 0.22 g
		10,15,(12)	3,15	15	15	15
	(06640) Diab.GM 5-10-60 g CH TTE	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Abonett, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Abonett, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Abonett, Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros [15], Abonett, Liga margarinnal
		Energia: 93.08 Kcal / 389.07 Kj	Energia: 229.82 Kcal / 960.65 Kj	Energia: 130.64 Kcal / 546.08 Kj	Energia: 85.29 Kcal / 356.51 Kj	Energia: 62.74 Kcal / 262.25 Kj
		Fehérje: 3.43 g; Zsír: 3.94 g; T.Zsírsav: 0.96 g	Fehérje: 12.68 g; Zsír: 11.58 g; T.Zsírsav: 3.95 g	Fehérje: 9.91 g; Zsír: 5.09 g; T.Zsírsav: 1.82 g	Fehérje: 1.86 g; Zsír: 3.55 g; T.Zsírsav: 2.72 g	Fehérje: 1.08 g; Zsír: 1.58 g; T.Zsírsav: 0.62 g
		Szénhidrát: 10.16 g; Cukor: 0.09 g; Só: 0.47 g	Szénhidrát: 10.62 g; Cukor: 0.64 g; Só: 0.48 g	Szénhidrát: 10.35 g; Cukor: 0.19 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 10.81 g; Cukor: 0.13 g; Só: 0.31 g	Szénhidrát: 10.34 g; Cukor: 0.11 g; Só: 0.10 g
		10,15,(12)	3,15	15	15	15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(06660) Diab. GM 15-35-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros [15], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 136.82 Kcal / 571.91 Kj	Energia: 252.13 Kcal / 1,053.90 Kj	Energia: 155.42 Kcal / 649.66 Kj	Energia: 135.78 Kcal / 567.56 Kj	Energia: 85.48 Kcal / 357.31 Kj
		Fehérje: 5.05 g; Zsír: 5.82 g; T.Zsírsav: 1.44 g	Fehérje: 13.21 g; Zsír: 11.54 g; T.Zsírsav: 3.96 g	Fehérje: 10.49 g; Zsír: 5.03 g; T.Zsírsav: 1.82 g	Fehérje: 2.63 g; Zsír: 6.54 g; T.Zsírsav: 5.34 g	Fehérje: 1.53 g; Zsír: 1.56 g; T.Zsírsav: 0.63 g
		Szénhidrát: 14.91 g; Cukor: 0.13 g; Só: 0.68 g	Szénhidrát: 15.03 g; Cukor: 0.68 g; Só: 0.54 g	Szénhidrát: 15.24 g; Cukor: 0.23 g; Só: 1.51 g	Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.15 g; Só: 0.54 g	Szénhidrát: 15.07 g; Cukor: 0.14 g; Só: 0.15 g
		10,15,(12)	3,15	15	15	15
	(06665) Diab., GM 15-70-20 g CH TEU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros [15], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 136.82 Kcal / 571.91 Kj	Energia: 252.13 Kcal / 1,053.90 Kj	Energia: 155.42 Kcal / 649.66 Kj	Energia: 135.78 Kcal / 567.56 Kj	Energia: 85.48 Kcal / 357.31 Kj
		Fehérje: 5.05 g; Zsír: 5.82 g; T.Zsírsav: 1.44 g	Fehérje: 13.21 g; Zsír: 11.54 g; T.Zsírsav: 3.96 g	Fehérje: 10.49 g; Zsír: 5.03 g; T.Zsírsav: 1.82 g	Fehérje: 2.63 g; Zsír: 6.54 g; T.Zsírsav: 5.34 g	Fehérje: 1.53 g; Zsír: 1.56 g; T.Zsírsav: 0.63 g
		Szénhidrát: 14.91 g; Cukor: 0.13 g; Só: 0.68 g	Szénhidrát: 15.03 g; Cukor: 0.68 g; Só: 0.54 g	Szénhidrát: 15.24 g; Cukor: 0.23 g; Só: 1.51 g	Szénhidrát: 15.50 g; Cukor: 0.15 g; Só: 0.54 g	Szénhidrát: 15.07 g; Cukor: 0.14 g; Só: 0.15 g
		10,15,(12)	3,15	15	15	15
	(06710) Diab.GM 20-35-20 gr CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hot-dog, Mustárral[10,(12)]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Padlizsánkrémes, Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros [15], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 193.85 Kcal / 810.29 Kj	Energia: 287.90 Kcal / 1,203.42 Kj	Energia: 183.16 Kcal / 765.61 Kj	Energia: 164.61 Kcal / 688.07 Kj	Energia: 112.93 Kcal / 472.05 Kj
		Fehérje: 7.28 g; Zsír: 8.42 g; T.Zsírsav: 2.40 g	Fehérje: 14.10 g; Zsír: 11.78 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 11.18 g; Zsír: 5.22 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 3.35 g; Zsír: 6.74 g; T.Zsírsav: 5.38 g	Fehérje: 2.21 g; Zsír: 1.75 g; T.Zsírsav: 0.67 g
		Szénhidrát: 20.43 g; Cukor: 0.21 g; Só: 0.75 g	Szénhidrát: 21.76 g; Cukor: 0.78 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 20.46 g; Cukor: 0.31 g; Só: 1.58 g	Szénhidrát: 20.93 g; Cukor: 0.24 g; Só: 0.62 g	Szénhidrát: 20.24 g; Cukor: 0.22 g; Só: 0.22 g
		10,15,(12)	3,15	15	15	15
Ebéd	(06395) Diab. zsír- és fűszerszeg 80g E					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06395) Diab. zsír- és fűszerszeg 80g E	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E, Zöldségleves[9]	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Alma, Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 777.09 Kcal / 3,248.24 Kj	Energia: 818.71 Kcal / 3,422.21 Kj	Energia: 677.36 Kcal / 2,831.36 Kj	Energia: 931.50 Kcal / 3,893.67 Kj	Energia: 728.33 Kcal / 3,044.42 Kj
		Fehérje: 31.52 g; Zsír: 36.11 g; T.Zsírsav: 10.08 g	Fehérje: 31.36 g; Zsír: 39.21 g; T.Zsírsav: 9.05 g	Fehérje: 33.80 g; Zsír: 23.83 g; T.Zsírsav: 3.79 g	Fehérje: 64.13 g; Zsír: 37.67 g; T.Zsírsav: 15.20 g	Fehérje: 45.65 g; Zsír: 26.15 g; T.Zsírsav: 6.92 g
		Szénhidrát: 79.44 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.75 g	Szénhidrát: 81.22 g; Cukor: 1.80 g; Só: 1.60 g	Szénhidrát: 80.26 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.75 g	Szénhidrát: 82.87 g; Cukor: 0.06 g; Só: 1.49 g	Szénhidrát: 83.79 g; Cukor: 0.53 g; Só: 3.61 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06396) Natív cukormentes, OM	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E, Zöldségleves[9]	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Alma, Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 734.46 Kcal / 3,070.04 Kj	Energia: 777.35 Kcal / 3,249.32 Kj	Energia: 615.10 Kcal / 2,571.12 Kj	Energia: 874.01 Kcal / 3,653.36 Kj	Energia: 664.39 Kcal / 2,777.15 Kj
		Fehérje: 30.09 g; Zsír: 35.14 g; T.Zsírsav: 9.95 g	Fehérje: 31.12 g; Zsír: 39.15 g; T.Zsírsav: 9.04 g	Fehérje: 33.00 g; Zsír: 21.63 g; T.Zsírsav: 3.53 g	Fehérje: 64.02 g; Zsír: 37.60 g; T.Zsírsav: 15.17 g	Fehérje: 43.81 g; Zsír: 24.56 g; T.Zsírsav: 6.73 g
		Szénhidrát: 72.46 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.64 g	Szénhidrát: 71.42 g; Cukor: 1.20 g; Só: 1.60 g	Szénhidrát: 70.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.73 g	Szénhidrát: 68.88 g; Cukor: 0.06 g; Só: 1.49 g	Szénhidrát: 72.41 g; Cukor: 0.53 g; Só: 3.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06400) Zs,EFsz,E600-630kcal,TU300-330kcal	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E, Zöldségleves[9]	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Alma, Párolt barna rizzsel	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 734.46 Kcal / 3,070.04 Kj	Energia: 777.35 Kcal / 3,249.32 Kj	Energia: 615.10 Kcal / 2,571.12 Kj	Energia: 874.01 Kcal / 3,653.36 Kj	Energia: 664.39 Kcal / 2,777.15 Kj
		Fehérje: 30.09 g; Zsír: 35.14 g; T.Zsírsav: 9.95 g	Fehérje: 31.12 g; Zsír: 39.15 g; T.Zsírsav: 9.04 g	Fehérje: 33.00 g; Zsír: 21.63 g; T.Zsírsav: 3.53 g	Fehérje: 64.02 g; Zsír: 37.60 g; T.Zsírsav: 15.17 g	Fehérje: 43.81 g; Zsír: 24.56 g; T.Zsírsav: 6.73 g
		Szénhidrát: 72.46 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.64 g	Szénhidrát: 71.42 g; Cukor: 1.20 g; Só: 1.60 g	Szénhidrát: 70.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.73 g	Szénhidrát: 68.88 g; Cukor: 0.06 g; Só: 1.49 g	Szénhidrát: 72.41 g; Cukor: 0.53 g; Só: 3.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06410) Zsír-,Esz E:550kcal,T-U260kcal	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06415) Zsír-,Esz, E:450 kcal,TU:150 kcal	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 571.67 Kcal / 2,389.58 Kj	Energia: 715.29 Kcal / 2,989.91 Kj	Energia: 521.69 Kcal / 2,180.66 Kj	Energia: 673.54 Kcal / 2,815.40 Kj	Energia: 489.02 Kcal / 2,044.10 Kj
		Fehérje: 23.32 g; Zsír: 27.40 g; T.Zsírsav: 7.86 g	Fehérje: 30.76 g; Zsír: 39.06 g; T.Zsírsav: 9.03 g	Fehérje: 31.79 g; Zsír: 18.35 g; T.Zsírsav: 3.14 g	Fehérje: 48.87 g; Zsír: 28.97 g; T.Zsírsav: 11.59 g	Fehérje: 31.51 g; Zsír: 17.71 g; T.Zsírsav: 4.77 g
		Szénhidrát: 56.11 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.29 g	Szénhidrát: 56.71 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.58 g	Szénhidrát: 55.87 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.70 g	Szénhidrát: 53.57 g; Cukor: 0.05 g; Só: 1.18 g	Szénhidrát: 54.60 g; Cukor: 0.33 g; Só: 2.51 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06420) Zsír-,Esz E:322kcal,T-U184kcal	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06421) Energiaszegény (30-50-20 gr CH)TEU					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06421) Energiaszegény (30-50-20 gr CH)TEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje 23.18 g; Zsír 27.35 g; T.Zsírsav 7.85 g; Szénhidrát 53.56 g; Cukor 5.92 g; Só 1.27 g	Fehérje 27.49 g; Zsír 34.25 g; T.Zsírsav 7.56 g; Szénhidrát 53.48 g; Cukor 0.30 g; Só 1.38 g	Fehérje 31.39 g; Zsír 17.25 g; T.Zsírsav 3.02 g; Szénhidrát 50.99 g; Cukor 0.00 g; Só 1.69 g	Fehérje 47.83 g; Zsír 27.02 g; T.Zsírsav 11.28 g; Szénhidrát 50.01 g; Cukor 0.04 g; Só 0.95 g	Fehérje 40.28 g; Zsír 20.26 g; T.Zsírsav 6.21 g; Szénhidrát 50.65 g; Cukor 0.43 g; Só 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06423) Natív cukorM., sószegény, citrusM	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 734.46 Kcal / 3,070.04 Kj	Energia: 777.35 Kcal / 3,249.32 Kj	Energia: 615.10 Kcal / 2,571.12 Kj	Energia: 874.01 Kcal / 3,653.36 Kj	Energia: 664.39 Kcal / 2,777.15 Kj
		Fehérje 30.09 g; Zsír 35.14 g; T.Zsírsav 9.95 g; Szénhidrát 72.46 g; Cukor 5.92 g; Só 1.64 g	Fehérje 31.12 g; Zsír 39.15 g; T.Zsírsav 9.04 g; Szénhidrát 71.42 g; Cukor 1.20 g; Só 1.60 g	Fehérje 33.00 g; Zsír 21.63 g; T.Zsírsav 3.53 g; Szénhidrát 70.50 g; Cukor 0.00 g; Só 1.73 g	Fehérje 64.02 g; Zsír 37.60 g; T.Zsírsav 15.17 g; Szénhidrát 68.88 g; Cukor 0.06 g; Só 1.49 g	Fehérje 43.81 g; Zsír 24.56 g; T.Zsírsav 6.73 g; Szénhidrát 72.41 g; Cukor 0.53 g; Só 3.38 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06500) Diab.,tej-szójM 30-25-70-25-50 gCH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Növényi túrófelfújt[15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell , Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 727.27 Kcal / 3,039.99 Kj	Energia: 762.56 Kcal / 3,187.50 Kj	Energia: 593.39 Kcal / 2,480.37 Kj	Energia: 575.87 Kcal / 2,407.14 Kj	Energia: 512.17 Kcal / 2,140.87 Kj
		Fehérje 30.01 g; Zsír 35.11 g; T.Zsírsav 9.95 g; Szénhidrát 70.93 g; Cukor 5.92 g; Só 1.63 g	Fehérje 29.68 g; Zsír 38.43 g; T.Zsírsav 8.98 g; Szénhidrát 70.85 g; Cukor 1.65 g; Só 1.26 g	Fehérje 32.58 g; Zsír 19.63 g; T.Zsírsav 2.32 g; Szénhidrát 70.01 g; Cukor 0.00 g; Só 1.71 g	Fehérje 22.54 g; Zsír 22.14 g; T.Zsírsav 5.40 g; Szénhidrát 70.69 g; Cukor 0.25 g; Só 1.36 g	Fehérje 21.46 g; Zsír 18.60 g; T.Zsírsav 3.77 g; Szénhidrát 70.15 g; Cukor 0.83 g; Só 2.77 g
		1,3,15,(12)	1,9,15	1,9,10,(12)	1,7,9,15	1,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06511) Diab.kálciumbő 30-20-50-20-40-20	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Fasírt[1,3], Zöldségleves [9], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[1,7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Sajttal csőben sült csirkemell [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 559.68 Kcal / 2,339.46 Kj	Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 Kj	Energia: 490.56 Kcal / 2,050.54 Kj	Energia: 637.49 Kcal / 2,664.71 Kj	Energia: 532.90 Kcal / 2,227.52 Kj
		Fehérje: 23.18 g; Zsír: 27.35 g; T.Zsírsav: 7.85 g	Fehérje: 27.49 g; Zsír: 34.25 g; T.Zsírsav: 7.56 g	Fehérje: 31.39 g; Zsír: 17.25 g; T.Zsírsav: 3.02 g	Fehérje: 47.83 g; Zsír: 27.02 g; T.Zsírsav: 11.28 g	Fehérje: 40.28 g; Zsír: 20.26 g; T.Zsírsav: 6.21 g
		Szénhidrát: 53.56 g; Cukor: 5.92 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 53.48 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 50.99 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.69 g	Szénhidrát: 50.01 g; Cukor: 0.04 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 50.65 g; Cukor: 0.43 g; Só: 2.86 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15	1,7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,7,9,15
	(06530) Diab,GM,tej-szójM 15-35-15 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával, Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Növényi túrófelfújt[15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell , Kölessel , Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 287.32 Kcal / 1,201.00 Kj	Energia: 289.00 Kcal / 1,208.02 Kj	Energia: 281.12 Kcal / 1,175.08 Kj	Energia: 278.80 Kcal / 1,165.38 Kj	Energia: 251.57 Kcal / 1,051.56 Kj
		Fehérje: 13.01 g; Zsír: 10.82 g; T.Zsírsav: 2.16 g	Fehérje: 9.30 g; Zsír: 11.76 g; T.Zsírsav: 2.72 g	Fehérje: 13.55 g; Zsír: 8.64 g; T.Zsírsav: 0.98 g	Fehérje: 10.86 g; Zsír: 10.55 g; T.Zsírsav: 2.62 g	Fehérje: 9.32 g; Zsír: 8.44 g; T.Zsírsav: 1.77 g
		Szénhidrát: 35.04 g; Cukor: 7.40 g; Só: 0.47 g	Szénhidrát: 35.16 g; Cukor: 1.34 g; Só: 0.40 g	Szénhidrát: 36.26 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.70 g	Szénhidrát: 34.69 g; Cukor: 0.11 g; Só: 0.67 g	Szénhidrát: 35.46 g; Cukor: 0.33 g; Só: 1.03 g
		15,(12)	1,9,15	1,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06540) Diab. 160 gCh,fehérjesz 60g, sóSZ	Vegyes gyümölcsleves [15], Zöldség pörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Vajgaluskaleves[1,3,9,(7)], Zöldségvagdalttal [1,3], Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszines gombaragu[7], Párolt rizzsel, Alma	Fejtett bableves [1,9], Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült brokkolival [1,7], Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 479.53 Kcal / 2,004.44 Kj	Energia: 412.43 Kcal / 1,723.96 Kj	Energia: 440.07 Kcal / 1,839.49 Kj	Energia: 402.70 Kcal / 1,683.29 Kj	Energia: 546.21 Kcal / 2,283.16 Kj
		Fehérje: 12.40 g; Zsír: 19.50 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 14.21 g; Zsír: 12.41 g; T.Zsírsav: 1.99 g	Fehérje: 13.16 g; Zsír: 16.29 g; T.Zsírsav: 3.38 g	Fehérje: 10.74 g; Zsír: 11.79 g; T.Zsírsav: 1.84 g	Fehérje: 23.07 g; Zsír: 24.51 g; T.Zsírsav: 7.15 g
		Szénhidrát: 61.87 g; Cukor: 5.90 g; Só: 1.14 g	Szénhidrát: 59.89 g; Cukor: 0.33 g; Só: 1.46 g	Szénhidrát: 58.99 g; Cukor: 0.02 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 62.63 g; Cukor: 0.42 g; Só: 0.73 g	Szénhidrát: 60.90 g; Cukor: 0.30 g; Só: 3.70 g
		1,3,15,(12)	1,3,9,15,(7)	7,9	1,9,15	1,7,9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06550) Eszeg.,TM,nat.cukorM (E:550,TU:260)	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GMTM, Zöldborsófőzelékkel édesítőszerrel[1,15], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Rizstejszínes mustáros csirkeragu[1,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Növényi túrófelfújt[15], Csokoládé sodóval[15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell , Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 663.32 Kcal / 2,772.68 Kj	Energia: 721.19 Kcal / 3,014.57 Kj	Energia: 531.12 Kcal / 2,220.08 Kj	Energia: 519.29 Kcal / 2,170.63 Kj	Energia: 469.54 Kcal / 1,962.68 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		27.86 g / 33.65 g / 9.75 g	29.44 g / 38.37 g / 8.98 g	31.77 g / 17.44 g / 2.06 g	21.10 g / 20.36 g / 5.13 g	20.23 g / 17.53 g / 3.64 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		60.45 g / 5.92 g / 1.47 g	61.04 g / 1.05 g / 1.25 g	60.26 g / 0.00 g / 1.69 g	62.13 g / 0.20 g / 1.33 g	62.56 g / 0.83 g / 2.62 g
		1,3,15,(12)	1,9,15	1,9,10,(12)	1,7,9,15	1,9,15
	(06560) Diab.180g CH,zsírsz.tej-,és epekím	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt[1], Tarhonyával , Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Vajgaluskaleves , Fasírt, Burgonyafőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL-E	Kerti zöldségleves[9], Növényi tejszínes sertésragu, Párolt rizzsel, Alma	Sertésraguleves, Diétás pékáruval BL-E, Növényi túrófelfújt[15], Vanília sodóval[1]	Almás zellerkrémleves TM[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Céklasalátával[15,(12)]
		Energia: 1,213.31 Kcal / 5,071.64 Kj	Energia: 1,103.38 Kcal / 4,612.13 Kj	Energia: 1,477.81 Kcal / 6,177.25 Kj	Energia: 1,145.17 Kcal / 4,786.81 Kj	Energia: 1,071.27 Kcal / 4,477.91 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		39.70 g / 33.77 g / 6.49 g	33.84 g / 25.43 g / 5.00 g	36.90 g / 67.74 g / 26.00 g	24.02 g / 36.87 g / 8.21 g	39.75 g / 26.08 g / 3.28 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		182.89 g / 15.50 g / 1.31 g	181.23 g / 6.00 g / 0.47 g	177.91 g / 0.42 g / 2.02 g	177.20 g / 13.96 g / 2.40 g	181.96 g / 6.38 g / 1.89 g
		1,15,(12)	1	9	1,15	1,9,15,(12)
	(06599) Diab, GM- 70 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 650.52 Kcal / 2,719.17 Kj	Energia: 496.68 Kcal / 2,076.12 Kj	Energia: 685.92 Kcal / 2,867.15 Kj	Energia: 888.26 Kcal / 3,712.93 Kj	Energia: 488.72 Kcal / 2,042.85 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		32.04 g / 28.48 g / 5.33 g	31.89 g / 13.14 g / 3.05 g	32.83 g / 29.99 g / 4.11 g	61.14 g / 38.83 g / 15.19 g	21.45 g / 16.74 g / 2.15 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		69.26 g / 5.90 g / 1.28 g	61.02 g / 1.38 g / 1.28 g	70.34 g / 0.00 g / 1.63 g	72.56 g / 7.56 g / 1.53 g	68.52 g / 0.69 g / 2.59 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,9,15
	(06600) Diab GM, rostbő 130g CH E					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06600) Diab GM, rostbő 130g CH E	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 1,034.22 Kcal / 4,323.04 Kj	Energia: 786.26 Kcal / 3,286.57 Kj	Energia: 1,049.44 Kcal / 4,386.66 Kj	Energia: 1,498.29 Kcal / 6,262.85 Kj	Energia: 829.74 Kcal / 3,468.31 Kj
		Fehérje 44.94 g; Zsír 37.24 g; T.Zsírsav 6.53 g; Szénhidrát 132.11 g; Cukor 5.90 g; Só 2.25 g	Fehérje 33.57 g; Zsír 13.56 g; T.Zsírsav 3.09 g; Szénhidrát 129.65 g; Cukor 5.58 g; Só 1.33 g	Fehérje 37.45 g; Zsír 41.55 g; T.Zsírsav 5.40 g; Szénhidrát 129.62 g; Cukor 0.00 g; Só 1.75 g	Fehérje 98.52 g; Zsír 64.43 g; T.Zsírsav 25.43 g; Szénhidrát 129.37 g; Cukor 24.06 g; Só 2.22 g	Fehérje 31.28 g; Zsír 25.22 g; T.Zsírsav 3.18 g; Szénhidrát 129.21 g; Cukor 0.69 g; Só 3.81 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,9,15
	(06610) Diab.GM 60 g CH E	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 607.89 Kcal / 2,540.98 Kj	Energia: 455.31 Kcal / 1,903.20 Kj	Energia: 623.65 Kcal / 2,606.86 Kj	Energia: 708.65 Kcal / 2,962.16 Kj	Energia: 463.30 Kcal / 1,936.59 Kj
		Fehérje 30.61 g; Zsír 27.51 g; T.Zsírsav 5.20 g; Szénhidrát 62.28 g; Cukor 5.90 g; Só 1.17 g	Fehérje 31.65 g; Zsír 13.08 g; T.Zsírsav 3.05 g; Szénhidrát 51.21 g; Cukor 0.78 g; Só 1.27 g	Fehérje 32.02 g; Zsír 27.80 g; T.Zsírsav 3.85 g; Szénhidrát 60.59 g; Cukor 0.00 g; Só 1.61 g	Fehérje 44.71 g; Zsír 31.04 g; T.Zsírsav 11.40 g; Szénhidrát 61.80 g; Cukor 7.56 g; Só 1.44 g	Fehérje 17.41 g; Zsír 17.09 g; T.Zsírsav 2.15 g; Szénhidrát 61.57 g; Cukor 0.54 g; Só 2.82 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06630) Diab.GM 20-45-20 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 455.77 Kcal / 1,905.12 Kj	Energia: 420.92 Kcal / 1,759.45 Kj	Energia: 475.11 Kcal / 1,985.96 Kj	Energia: 496.43 Kcal / 2,075.08 Kj	Energia: 342.61 Kcal / 1,432.11 Kj
		Fehérje 23.37 g; Zsír 21.09 g; T.Zsírsav 4.03 g; Szénhidrát 45.73 g; Cukor 5.90 g; Só 0.88 g	Fehérje 29.24 g; Zsír 12.87 g; T.Zsírsav 3.03 g; Szénhidrát 45.62 g; Cukor 0.78 g; Só 1.22 g	Fehérje 25.30 g; Zsír 21.15 g; T.Zsírsav 2.94 g; Szénhidrát 45.20 g; Cukor 0.00 g; Só 1.28 g	Fehérje 30.03 g; Zsír 21.64 g; T.Zsírsav 7.82 g; Szénhidrát 44.80 g; Cukor 6.79 g; Só 1.00 g	Fehérje 15.83 g; Zsír 11.80 g; T.Zsírsav 1.54 g; Szénhidrát 44.66 g; Cukor 0.59 g; Só 2.08 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06631) Diab. GM 45 gr CH E-Kovács Laura	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 455.77 Kcal / 1,905.12 Kj	Energia: 420.92 Kcal / 1,759.45 Kj	Energia: 475.11 Kcal / 1,985.96 Kj	Energia: 496.43 Kcal / 2,075.08 Kj	Energia: 342.61 Kcal / 1,432.11 Kj
		Fehérje 23.37 g; Zsír 21.09 g; T.Zsírsav 4.03 g	Fehérje 29.24 g; Zsír 12.87 g; T.Zsírsav 3.03 g	Fehérje 25.30 g; Zsír 21.15 g; T.Zsírsav 2.94 g	Fehérje 30.03 g; Zsír 21.64 g; T.Zsírsav 7.82 g	Fehérje 15.83 g; Zsír 11.80 g; T.Zsírsav 1.54 g
		Szénhidrát 45.73 g; Cukor 5.90 g; Só 0.88 g	Szénhidrát 45.62 g; Cukor 0.78 g; Só 1.22 g	Szénhidrát 45.20 g; Cukor 0.00 g; Só 1.28 g	Szénhidrát 44.80 g; Cukor 6.79 g; Só 1.00 g	Szénhidrát 44.66 g; Cukor 0.59 g; Só 2.08 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06640) Diab.GM 5-10-60 g CH TTE	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 541.04 Kcal / 2,261.55 Kj	Energia: 443.30 Kcal / 1,852.99 Kj	Energia: 584.08 Kcal / 2,441.45 Kj	Energia: 703.53 Kcal / 2,940.76 Kj	Energia: 431.16 Kcal / 1,802.25 Kj
		Fehérje 26.24 g; Zsír 23.04 g; T.Zsírsav 4.30 g	Fehérje 29.93 g; Zsír 12.94 g; T.Zsírsav 3.04 g	Fehérje 26.71 g; Zsír 24.99 g; T.Zsírsav 3.39 g	Fehérje 47.01 g; Zsír 30.46 g; T.Zsírsav 11.93 g	Fehérje 17.16 g; Zsír 14.19 g; T.Zsírsav 1.82 g
		Szénhidrát 59.70 g; Cukor 5.90 g; Só 1.10 g	Szénhidrát 50.29 g; Cukor 0.98 g; Só 1.24 g	Szénhidrát 62.27 g; Cukor 0.00 g; Só 1.31 g	Szénhidrát 59.48 g; Cukor 9.03 g; Só 1.11 g	Szénhidrát 60.09 g; Cukor 0.61 g; Só 2.47 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06655) Diab. GM 30-50-30 g CH REV	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 477.09 Kcal / 1,994.24 Kj	Energia: 443.30 Kcal / 1,852.99 Kj	Energia: 506.25 Kcal / 2,116.13 Kj	Energia: 573.41 Kcal / 2,396.85 Kj	Energia: 367.40 Kcal / 1,535.73 Kj
		Fehérje 24.09 g; Zsír 21.58 g; T.Zsírsav 4.10 g	Fehérje 29.93 g; Zsír 12.94 g; T.Zsírsav 3.04 g	Fehérje 25.70 g; Zsír 22.25 g; T.Zsírsav 3.07 g	Fehérje 37.07 g; Zsír 24.98 g; T.Zsírsav 9.44 g	Fehérje 16.26 g; Zsír 12.42 g; T.Zsírsav 1.61 g
		Szénhidrát 49.22 g; Cukor 5.90 g; Só 0.94 g	Szénhidrát 50.29 g; Cukor 0.98 g; Só 1.24 g	Szénhidrát 50.08 g; Cukor 0.00 g; Só 1.29 g	Szénhidrát 49.41 g; Cukor 6.79 g; Só 1.05 g	Szénhidrát 49.12 g; Cukor 0.61 g; Só 2.18 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06660) Diab. GM 15-35-15 g CH					

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06660) Diab. GM 15-35-15 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 370.91 Kcal / 1,550.40 Kj	Energia: 348.54 Kcal / 1,456.90 Kj	Energia: 398.10 Kcal / 1,664.06 Kj	Energia: 394.67 Kcal / 1,649.72 Kj	Energia: 269.87 Kcal / 1,128.06 Kj
		Fehérje 19.67 g; Zsír 17.83 g; T.Zsírsav 3.44 g; Szénhidrát 34.90 g; Cukor 5.90 g; Só 0.72 g	Fehérje 24.82 g; Zsír 11.44 g; T.Zsírsav 2.71 g; Szénhidrát 35.44 g; Cukor 0.56 g; Só 1.08 g	Fehérje 21.94 g; Zsír 18.35 g; T.Zsírsav 2.59 g; Szénhidrát 35.92 g; Cukor 0.00 g; Só 1.11 g	Fehérje 24.09 g; Zsír 17.12 g; T.Zsírsav 6.31 g; Szénhidrát 35.60 g; Cukor 6.03 g; Só 0.75 g	Fehérje 14.01 g; Zsír 9.06 g; T.Zsírsav 1.21 g; Szénhidrát 34.19 g; Cukor 0.56 g; Só 1.62 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06665) Diab., GM 15-70-20 g CH TEU	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt bulgurral[1], Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 650.52 Kcal / 2,719.17 Kj	Energia: 538.05 Kcal / 2,249.05 Kj	Energia: 685.92 Kcal / 2,867.15 Kj	Energia: 888.26 Kcal / 3,712.93 Kj	Energia: 488.72 Kcal / 2,042.85 Kj
		Fehérje 32.04 g; Zsír 28.48 g; T.Zsírsav 5.33 g; Szénhidrát 69.26 g; Cukor 5.90 g; Só 1.28 g	Fehérje 32.13 g; Zsír 13.20 g; T.Zsírsav 3.06 g; Szénhidrát 70.82 g; Cukor 1.98 g; Só 1.28 g	Fehérje 32.83 g; Zsír 29.99 g; T.Zsírsav 4.11 g; Szénhidrát 70.34 g; Cukor 0.00 g; Só 1.63 g	Fehérje 61.14 g; Zsír 38.83 g; T.Zsírsav 15.19 g; Szénhidrát 72.56 g; Cukor 7.56 g; Só 1.53 g	Fehérje 21.45 g; Zsír 16.74 g; T.Zsírsav 2.15 g; Szénhidrát 68.52 g; Cukor 0.69 g; Só 2.59 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	1,9,15
	(06670) Diab, GM-65 g CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 629.20 Kcal / 2,630.06 Kj	Energia: 510.47 Kcal / 2,133.76 Kj	Energia: 654.78 Kcal / 2,736.98 Kj	Energia: 759.97 Kcal / 3,176.67 Kj	Energia: 484.55 Kcal / 2,025.42 Kj
		Fehérje 31.32 g; Zsír 27.99 g; T.Zsírsav 5.26 g; Szénhidrát 65.77 g; Cukor 5.90 g; Só 1.22 g	Fehérje 31.97 g; Zsír 13.16 g; T.Zsírsav 3.05 g; Szénhidrát 64.29 g; Cukor 1.58 g; Só 1.28 g	Fehérje 32.43 g; Zsír 28.90 g; T.Zsírsav 3.98 g; Szénhidrát 65.46 g; Cukor 0.00 g; Só 1.62 g	Fehérje 49.40 g; Zsír 33.27 g; T.Zsírsav 12.48 g; Szénhidrát 64.87 g; Cukor 7.56 g; Só 1.47 g	Fehérje 17.71 g; Zsír 17.68 g; T.Zsírsav 2.22 g; Szénhidrát 65.22 g; Cukor 0.54 g; Só 2.91 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(06680) Diab.,GM E 500 kcal	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 455.77 Kcal / 1,905.12 Kj	Energia: 420.92 Kcal / 1,759.45 Kj	Energia: 475.11 Kcal / 1,985.96 Kj	Energia: 496.43 Kcal / 2,075.08 Kj	Energia: 342.61 Kcal / 1,432.11 Kj
		Fehérje: 23.37 g; Zsír: 21.09 g; T.Zsírsav: 4.03 g	Fehérje: 29.24 g; Zsír: 12.87 g; T.Zsírsav: 3.03 g	Fehérje: 25.30 g; Zsír: 21.15 g; T.Zsírsav: 2.94 g	Fehérje: 30.03 g; Zsír: 21.64 g; T.Zsírsav: 7.82 g	Fehérje: 15.83 g; Zsír: 11.80 g; T.Zsírsav: 1.54 g
		Szénhidrát: 45.73 g; Cukor: 5.90 g; Só: 0.88 g	Szénhidrát: 45.62 g; Cukor: 0.78 g; Só: 1.22 g	Szénhidrát: 45.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.28 g	Szénhidrát: 44.80 g; Cukor: 6.79 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 44.66 g; Cukor: 0.59 g; Só: 2.08 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06710) Diab.GM 20-35-20 gr CH	Vegyes gyümölcsleves [15], Sertéspörkölt, Tarhonyával[1,3], Céklasalátával édesítőszerrel[15,(12)]	Zöldségleves[9], Fasírt GM[3], Zöldborsófőzelékkel[15], Gluténmentes pékáruval-E	Kerti zöldségleves[9], Tejszínes mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt barna rizzsel, Alma	Jókai bableves [1,7,9], Túrófelfújt[7,15], Csokoládé öntettel[7,15]	Almás zellerkrémleves [9], Kölesgolyó, Csőben sült csirkemell GM, Párolt barna rizzsel, Édesítőszeres Káposztasalátával[15]
		Energia: 370.91 Kcal / 1,550.40 Kj	Energia: 348.54 Kcal / 1,456.90 Kj	Energia: 398.10 Kcal / 1,664.06 Kj	Energia: 394.67 Kcal / 1,649.72 Kj	Energia: 269.87 Kcal / 1,128.06 Kj
		Fehérje: 19.67 g; Zsír: 17.83 g; T.Zsírsav: 3.44 g	Fehérje: 24.82 g; Zsír: 11.44 g; T.Zsírsav: 2.71 g	Fehérje: 21.94 g; Zsír: 18.35 g; T.Zsírsav: 2.59 g	Fehérje: 24.09 g; Zsír: 17.12 g; T.Zsírsav: 6.31 g	Fehérje: 14.01 g; Zsír: 9.06 g; T.Zsírsav: 1.21 g
		Szénhidrát: 34.90 g; Cukor: 5.90 g; Só: 0.72 g	Szénhidrát: 35.44 g; Cukor: 0.56 g; Só: 1.08 g	Szénhidrát: 35.92 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.11 g	Szénhidrát: 35.60 g; Cukor: 6.03 g; Só: 0.75 g	Szénhidrát: 34.19 g; Cukor: 0.56 g; Só: 1.62 g
		1,3,15,(12)	3,9,15	7,9,10,(12)	1,7,9,15	9,15
	(06811) Diab., epekímélő 60-65 g CH-GYŐR	Vegyes gyümölcsleves [15], Csirkepörkölt[1], Galuskával[1,3], Uborkasalátával édesítőszerrel[15]	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Párolt zöldborsóval(7), Bulgurral [1]	Kerti zöldségleves[9], Rakott cukkini kölessel, Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]	Alföldi gulyásleves, Túrófelfújt[7,15], Szilvamártással[15], Alma	Brokkolikrémleves TM (1,3,6,7,12), Corn and Joy - sós, Sajttal csőben sült csirkemell[1,7], Párolt quinoával, Paradicsomsalátával[15]
		Energia: 469.21 Kcal / 1,961.30 Kj	Energia: 858.38 Kcal / 3,588.03 Kj	Energia: 715.90 Kcal / 2,992.46 Kj	Energia: 720.58 Kcal / 3,012.02 Kj	Energia: 604.14 Kcal / 2,525.31 Kj
		Fehérje: 25.27 g; Zsír: 10.58 g; T.Zsírsav: 1.53 g	Fehérje: 46.53 g; Zsír: 25.86 g; T.Zsírsav: 3.36 g	Fehérje: 22.74 g; Zsír: 40.58 g; T.Zsírsav: 25.57 g	Fehérje: 53.40 g; Zsír: 25.95 g; T.Zsírsav: 10.68 g	Fehérje: 49.17 g; Zsír: 20.16 g; T.Zsírsav: 5.21 g
		Szénhidrát: 67.03 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.11 g	Szénhidrát: 113.86 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.80 g	Szénhidrát: 64.86 g; Cukor: 0.59 g; Só: 0.66 g	Szénhidrát: 66.98 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.63 g	Szénhidrát: 66.74 g; Cukor: 0.72 g; Só: 3.45 g
		1,3,15	1,9,(7)	1,9	7,15	1,7,15,(3),(6),(12)

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(06396) Natív cukormentes, OM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g
		Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Szénhidrát: 25.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g	Szénhidrát: 26.35 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.73 g	Szénhidrát: 25.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.17 g	Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06400) Zs,EFsz,E600-630kcal,TU300-330kcal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g
		Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Szénhidrát: 25.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g	Szénhidrát: 26.35 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.73 g	Szénhidrát: 25.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.17 g	Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06410) Zsír-,Esz E:550kcal,T-U260kcal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj	Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj	Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj	Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj	Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj
		Fehérje: 12.37 g; Zsír: 5.24 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 6.95 g; Zsír: 15.69 g; T.Zsírsav: 6.98 g	Fehérje: 4.84 g; Zsír: 16.68 g; T.Zsírsav: 7.94 g	Fehérje: 5.66 g; Zsír: 16.05 g; T.Zsírsav: 9.36 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 9.24 g; T.Zsírsav: 3.51 g
		Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.09 g	Szénhidrát: 21.45 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.59 g	Szénhidrát: 20.42 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.48 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06415) Zsír-,Esz, E:450 kcal,TU:150 kcal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g
		Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Szénhidrát: 25.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g	Szénhidrát: 26.35 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.73 g	Szénhidrát: 25.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.17 g	Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06420) Zsír-,Esz E:322kcal,T-U184kcal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g; Szénhidrát: 25.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g; Szénhidrát: 26.35 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.73 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g; Szénhidrát: 25.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.17 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06421) Energiaszegény (30-50-20 gr CH)TEU	Poharas kefír[7]	Natúr joghurttal[7]	Poharas kefír[7]	Natúr joghurttal[7]	Poharas kefír[7]
		Energia: 145.44 Kcal / 607.94 Kj	Energia: 284.72 Kcal / 1,190.13 Kj	Energia: 132.22 Kcal / 552.68 Kj	Energia: 129.42 Kcal / 540.98 Kj	Energia: 132.22 Kcal / 552.68 Kj
		Fehérje: 14.96 g; Zsír: 0.44 g; T.Zsírsav: 0.24 g; Szénhidrát: 20.24 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.32 g	Fehérje: 14.96 g; Zsír: 15.84 g; T.Zsírsav: 8.60 g; Szénhidrát: 20.24 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.32 g	Fehérje: 13.60 g; Zsír: 0.40 g; T.Zsírsav: 0.22 g; Szénhidrát: 18.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.20 g	Fehérje: 6.80 g; Zsír: 7.20 g; T.Zsírsav: 3.91 g; Szénhidrát: 9.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.60 g	Fehérje: 13.60 g; Zsír: 0.40 g; T.Zsírsav: 0.22 g; Szénhidrát: 18.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.20 g
		7	7	7	7	7
	(06423) Natív cukorM., sószegény, citrusM	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 282.57 Kcal / 1,181.14 Kj	Energia: 286.57 Kcal / 1,197.86 Kj	Energia: 280.98 Kcal / 1,174.50 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Fehérje: 7.80 g; Zsír: 15.85 g; T.Zsírsav: 7.03 g; Szénhidrát: 25.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g	Fehérje: 5.69 g; Zsír: 16.84 g; T.Zsírsav: 7.99 g; Szénhidrát: 26.35 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.73 g	Fehérje: 6.51 g; Zsír: 16.21 g; T.Zsírsav: 9.41 g; Szénhidrát: 25.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.17 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06500) Diab.,tej-szójM 30-25-70-25-50 gCH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 190.28 Kcal / 795.37 Kj	Energia: 218.48 Kcal / 913.25 Kj	Energia: 220.15 Kcal / 920.23 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Fehérje: 7.09 g; Zsír: 6.30 g; T.Zsírsav: 2.40 g; Szénhidrát: 24.67 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.93 g	Fehérje: 4.69 g; Zsír: 10.36 g; T.Zsírsav: 8.63 g; Szénhidrát: 25.53 g; Cukor: 0.26 g; Só: 1.28 g	Fehérje: 4.48 g; Zsír: 10.36 g; T.Zsírsav: 8.64 g; Szénhidrát: 25.88 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.31 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g; Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1	1	1	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(06511) Diab.kálciumbő 30-20-50-20-40-20	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 185.64 Kcal / 775.98 Kj	Energia: 256.77 Kcal / 1,073.30 Kj	Energia: 260.77 Kcal / 1,090.02 Kj	Energia: 255.18 Kcal / 1,066.65 Kj	Energia: 206.86 Kcal / 864.67 Kj
		Fehérje: 12.37 g; Zsír: 5.24 g; T.Zsírsav: 1.91 g	Fehérje: 6.95 g; Zsír: 15.69 g; T.Zsírsav: 6.98 g	Fehérje: 4.84 g; Zsír: 16.68 g; T.Zsírsav: 7.94 g	Fehérje: 5.66 g; Zsír: 16.05 g; T.Zsírsav: 9.36 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 9.24 g; T.Zsírsav: 3.51 g
		Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.88 g	Szénhidrát: 20.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.09 g	Szénhidrát: 21.45 g; Cukor: 0.26 g; Só: 0.59 g	Szénhidrát: 20.42 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 20.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.48 g
		1	1,7,10,(12)	1,7	1,7	1
	(06530) Diab,GM,tej-szójM 15-35-15 g CH	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Gluténmentes pékáru	Magyaros növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 158.73 Kcal / 663.49 Kj	Energia: 141.58 Kcal / 591.80 Kj	Energia: 167.59 Kcal / 700.53 Kj	Energia: 165.86 Kcal / 693.29 Kj	Energia: 179.95 Kcal / 752.19 Kj
		Fehérje: 10.87 g; Zsír: 5.12 g; T.Zsírsav: 1.81 g	Fehérje: 4.84 g; Zsír: 6.05 g; T.Zsírsav: 2.26 g	Fehérje: 2.51 g; Zsír: 10.09 g; T.Zsírsav: 8.50 g	Fehérje: 2.14 g; Zsír: 10.07 g; T.Zsírsav: 8.49 g	Fehérje: 7.15 g; Zsír: 9.12 g; T.Zsírsav: 3.41 g
		Szénhidrát: 15.66 g; Cukor: 0.21 g; Só: 1.50 g	Szénhidrát: 15.30 g; Cukor: 0.22 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 15.77 g; Cukor: 0.43 g; Só: 0.81 g	Szénhidrát: 15.46 g; Cukor: 0.19 g; Só: 0.80 g	Szénhidrát: 15.66 g; Cukor: 0.21 g; Só: 1.10 g
	(06550) Eszeg.,TM,nat.cukorM (E:550,TU:260)	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Magyaros növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1], Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 190.28 Kcal / 795.37 Kj	Energia: 218.48 Kcal / 913.25 Kj	Energia: 220.15 Kcal / 920.23 Kj	Energia: 232.66 Kcal / 972.52 Kj
		Fehérje: 13.22 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.96 g	Fehérje: 7.09 g; Zsír: 6.30 g; T.Zsírsav: 2.40 g	Fehérje: 4.69 g; Zsír: 10.36 g; T.Zsírsav: 8.63 g	Fehérje: 4.48 g; Zsír: 10.36 g; T.Zsírsav: 8.64 g	Fehérje: 9.50 g; Zsír: 9.40 g; T.Zsírsav: 3.56 g
		Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.02 g	Szénhidrát: 24.67 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.93 g	Szénhidrát: 25.53 g; Cukor: 0.26 g; Só: 1.28 g	Szénhidrát: 25.88 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.31 g	Szénhidrát: 25.79 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.62 g
		1	1	1	1	1
	(06630) Diab.GM 20-45-20 g CH	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru	Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 190.48 Kcal / 796.21 Kj	Energia: 261.61 Kcal / 1,093.53 Kj	Energia: 254.81 Kcal / 1,065.11 Kj	Energia: 260.02 Kcal / 1,086.88 Kj	Energia: 211.70 Kcal / 884.91 Kj
		Fehérje: 11.66 g; Zsír: 5.34 g; T.Zsírsav: 1.86 g	Fehérje: 6.24 g; Zsír: 15.79 g; T.Zsírsav: 6.93 g	Fehérje: 3.86 g; Zsír: 16.71 g; T.Zsírsav: 7.88 g	Fehérje: 4.95 g; Zsír: 16.15 g; T.Zsírsav: 9.31 g	Fehérje: 7.94 g; Zsír: 9.34 g; T.Zsírsav: 3.46 g
		Szénhidrát: 21.64 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.58 g	Szénhidrát: 21.15 g; Cukor: 0.30 g; Só: 0.79 g	Szénhidrát: 20.17 g; Cukor: 0.53 g; Só: 0.26 g	Szénhidrát: 21.17 g; Cukor: 0.30 g; Só: 0.73 g	Szénhidrát: 21.64 g; Cukor: 0.30 g; Só: 1.18 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna			7,10,(12)	7	7	
	(06660) Diab. GM 15-35-15 g CH	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru	Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 154.71 Kcal / 646.69 Kj	Energia: 233.87 Kcal / 977.58 Kj	Energia: 229.84 Kcal / 960.73 Kj	Energia: 232.28 Kcal / 970.93 Kj	Energia: 175.93 Kcal / 735.39 Kj
		Fehérje 10.77 g; Zsír 5.10 g; T.Zsírsav 1.81 g; Szénhidrát 14.91 g; Cukor 0.20 g; Só 1.49 g	Fehérje 5.55 g; Zsír 15.60 g; T.Zsírsav 6.89 g; Szénhidrát 15.93 g; Cukor 0.22 g; Só 0.72 g	Fehérje 3.24 g; Zsír 16.54 g; T.Zsírsav 7.84 g; Szénhidrát 15.47 g; Cukor 0.46 g; Só 0.20 g	Fehérje 4.26 g; Zsír 15.96 g; T.Zsírsav 9.27 g; Szénhidrát 15.95 g; Cukor 0.22 g; Só 0.66 g	Fehérje 7.05 g; Zsír 9.10 g; T.Zsírsav 3.41 g; Szénhidrát 14.91 g; Cukor 0.20 g; Só 1.09 g
			7,10,(12)	7	7	
	(06665) Diab., GM 15-70-20 g CH TEU	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru	Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 190.48 Kcal / 796.21 Kj	Energia: 261.61 Kcal / 1,093.53 Kj	Energia: 254.81 Kcal / 1,065.11 Kj	Energia: 260.02 Kcal / 1,086.88 Kj	Energia: 211.70 Kcal / 884.91 Kj
		Fehérje 11.66 g; Zsír 5.34 g; T.Zsírsav 1.86 g; Szénhidrát 21.64 g; Cukor 0.30 g; Só 1.58 g	Fehérje 6.24 g; Zsír 15.79 g; T.Zsírsav 6.93 g; Szénhidrát 21.15 g; Cukor 0.30 g; Só 0.79 g	Fehérje 3.86 g; Zsír 16.71 g; T.Zsírsav 7.88 g; Szénhidrát 20.17 g; Cukor 0.53 g; Só 0.26 g	Fehérje 4.95 g; Zsír 16.15 g; T.Zsírsav 9.31 g; Szénhidrát 21.17 g; Cukor 0.30 g; Só 0.73 g	Fehérje 7.94 g; Zsír 9.34 g; T.Zsírsav 3.46 g; Szénhidrát 21.64 g; Cukor 0.30 g; Só 1.18 g
			7,10,(12)	7	7	
	(06710) Diab.GM 20-35-20 gr CH	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Sült húskrémes[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru	Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Jégcsapretekkel	Zöldfűszeres sajtkrémes [7], Gluténmentes pékáru	Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Pritamin Paprikával
		Energia: 190.48 Kcal / 796.21 Kj	Energia: 261.61 Kcal / 1,093.53 Kj	Energia: 254.81 Kcal / 1,065.11 Kj	Energia: 260.02 Kcal / 1,086.88 Kj	Energia: 211.70 Kcal / 884.91 Kj
		Fehérje 11.66 g; Zsír 5.34 g; T.Zsírsav 1.86 g; Szénhidrát 21.64 g; Cukor 0.30 g; Só 1.58 g	Fehérje 6.24 g; Zsír 15.79 g; T.Zsírsav 6.93 g; Szénhidrát 21.15 g; Cukor 0.30 g; Só 0.79 g	Fehérje 3.86 g; Zsír 16.71 g; T.Zsírsav 7.88 g; Szénhidrát 20.17 g; Cukor 0.53 g; Só 0.26 g	Fehérje 4.95 g; Zsír 16.15 g; T.Zsírsav 9.31 g; Szénhidrát 21.17 g; Cukor 0.30 g; Só 0.73 g	Fehérje 7.94 g; Zsír 9.34 g; T.Zsírsav 3.46 g; Szénhidrát 21.64 g; Cukor 0.30 g; Só 1.18 g
			7,10,(12)	7	7	
Vacsora	(06400) Zs,EFsz,E600-630kcal,TU300-330kcal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1,7]	Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger[1,3,7,10,11,(6,8,12)]	Ásványvíz, Sonkás pizza [1,7]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]
		Energia: 638.17 Kcal / 2,667.55 Kj	Energia: 745.68 Kcal / 3,116.94 Kj	Energia: 397.44 Kcal / 1,661.30 Kj	Energia: 581.68 Kcal / 2,431.42 Kj	Energia: 518.34 Kcal / 2,166.66 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav

		31.32 g	34.37 g	10.68 g	40.22 g	41.73 g	11.76 g	17.26 g	11.96 g	4.62 g	36.34 g	25.33 g	12.68 g	33.64 g	19.79 g	4.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		50.66 g	0.01 g	3.34 g	50.56 g	0.40 g	2.39 g	53.67 g	6.35 g	2.97 g	51.77 g	3.64 g	5.72 g	50.81 g	0.01 g	1.94 g
		1,7,15			1,7			1,3,7,10,11,15,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
	(06500) Diab.,tej-szójM 30-25-70-25-50 gCH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli bulgurral[1]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger			Ásványvíz, Pizzaszelet [1]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mézes-mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
		Energia: 578.30 Kcal / 2,417.29 Kj			Energia: 702.03 Kcal / 2,934.49 Kj			Energia: 399.91 Kcal / 1,671.62 Kj			Energia: 364.41 Kcal / 1,523.23 Kj			Energia: 487.63 Kcal / 2,038.29 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		35.27 g	27.39 g	9.39 g	35.35 g	39.37 g	12.28 g	19.68 g	11.40 g	3.95 g	9.66 g	13.56 g	4.65 g	30.54 g	17.93 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		50.12 g	0.01 g	4.31 g	50.00 g	0.45 g	4.71 g	50.05 g	8.65 g	3.76 g	50.54 g	0.55 g	1.91 g	50.41 g	3.65 g	1.75 g
		1,15			1,(7)			15			1			1,3,7,10,15,(12)		
	(06511) Diab.kálciumbő 30-20-50-20-40-20	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Natúr kockasajttal[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal			Ásványvíz, Petrezselymes vajkrémes [7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Szarvacska tésztával[1,3]		
		Energia: 224.22 Kcal / 937.24 Kj			Energia: 673.06 Kcal / 2,813.39 Kj			Energia: 263.00 Kcal / 1,099.34 Kj			Energia: 247.53 Kcal / 1,034.68 Kj			Energia: 455.76 Kcal / 1,905.08 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		10.08 g	10.64 g	6.14 g	39.07 g	38.39 g	11.16 g	14.49 g	13.08 g	7.90 g	4.36 g	15.84 g	7.55 g	31.09 g	18.62 g	4.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		20.42 g	0.01 g	1.68 g	41.35 g	0.40 g	2.27 g	20.27 g	0.65 g	1.54 g	20.38 g	0.00 g	0.57 g	40.42 g	0.01 g	1.83 g
		1,7,15			1,7			1,7,15			1,7			1,3,7,10,15,(12)		
	(06655) Diab. GM 30-50-30 g CH REV	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Rakott brokkoli rizzsel[1,7]			Ásványvíz, Óvári sertésszelet[1,7], Tört burgonyával(7)			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Hamburger			Ásványvíz, Pizzaszelet TGM			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Főtt tésztával		
		Energia: 373.63 Kcal / 1,561.77 Kj			Energia: 582.27 Kcal / 2,433.89 Kj			Energia: 785.27 Kcal / 3,282.43 Kj			Energia: 267.13 Kcal / 1,116.60 Kj			Energia: 378.68 Kcal / 1,582.88 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.74 g	19.26 g	6.24 g	37.62 g	34.20 g	10.40 g	87.81 g	33.35 g	11.71 g	9.63 g	11.73 g	6.94 g	23.87 g	17.59 g	4.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.72 g	0.01 g	1.99 g	29.84 g	0.40 g	2.11 g	30.08 g	5.13 g	1.56 g	30.61 g	1.87 g	2.85 g	30.41 g	1.61 g	1.53 g
		1,7,15			1,7			15						7,10,15,(12)		

.....

Élelmezésvezető