|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **22. hét** | **Tejfehérje mentes** | **Tejfehérje, tojás mentes** | **GLUTÉNMENTES** | **Glutén, tejfehérje mentes** | **Vegetariánus** | **20-50-15 g ch** | **Sertéshúsmentes** | **Laktózmentes** | **Olajosmag mentes** |
| **2024.05.27**  **Hétfő** | Gyümölcs tea, Paprikás szalámi, Minimargarin, Félbarna kenyér(1)  energia: 330kcal, zsír: 15,3g, tel.zsírsav: 4,7g, fehérje: 9,8g, szénhidrát: 37,9g, só: 0,9g | Gyümölcs tea, Paprikás szalámi, Minimargarin, Félbarna kenyér(1)  energia: 330kcal, zsír: 15,3g, tel.zsírsav: 4,7g, fehérje: 9,8g, szénhidrát: 37,9g, só: 0,9g | Tej(7), Gluténmentes kenyér, Paprikás szalámi, Minimargarin  energia: 344kcal, zsír: 22,3g, tel.zsírsav: 7,8g, fehérje: 11g, szénhidrát: 25,2g, só: 1,4g | Gyümölcs tea, Gluténmentes kenyér, Paprikás szalámi, Minimargarin  energia: 249kcal, zsír: 16,7g, tel.zsírsav: 4,7g, fehérje: 4,2g, szénhidrát: 21g, só: 1,2g | Tej(7), Kuglóf(1,3,7)  energia: 356kcal, zsír: 9,9g, tel.zsírsav: 5,2g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 45,6g, só: 0,7g | Diab. gyümölcs tea, Minimargarin, Paprikás szalámi, Telj. kiőrlésű kenyér(1)  energia: 254kcal, zsír: 15,2g, tel.zsírsav: 4,7g, fehérje: 7,9g, szénhidrát: 20,7g, só: 0,9g | Tej(7), Minimargarin, Miniméz, Félbarna kenyér(1)  energia: 387kcal, zsír: 11,7g, tel.zsírsav: 4,5g, fehérje: 12,8g, szénhidrát: 58,5g, só: 0,4g | Tej LM, Paprikás szalámi, Minimargarin, Félbarna kenyér(1)  energia: 382kcal, zsír: 18,3g, tel.zsírsav: 6,7g, fehérje: 16,4g, szénhidrát: 37,1g, só: 1,5g | Tej(7), Minimargarin, Paprikás szalámi, Félbarna kenyér(1)  energia: 425kcal, zsír: 20,9g, tel.zsírsav: 7,8g, fehérje: 16,6g, szénhidrát: 42,1g, só: 1,2g |
| Tarhonya leves(1,9)  Főtt tojás(3)  Sóska mártás Tm.(1)  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 637kcal, zsír: 18,1g, tel.zsírsav: 3,2g, fehérje: 16,9g, szénhidrát: 98,9g, só: 0,8g | Tarhonya leves(1,9)  Sült csirkemell  Sóska mártás Tm.(1)  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 719kcal, zsír: 20,1g, tel.zsírsav: 3g, fehérje: 32,6g, szénhidrát: 99,1g, só: 1,2g | Tarhonya leves GM  Főtt tojás(3)  Sóska mártás(7)  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 651kcal, zsír: 17,6g, tel.zsírsav: 3,4g, fehérje: 17,2g, szénhidrát: 102,9g, só: 0,8g | Tarhonya leves GM  Főtt tojás(3)  Sóska mártás  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 574kcal, zsír: 15,5g, tel.zsírsav: 2,1g, fehérje: 15,5g, szénhidrát: 90g, só: 0,7g | Tarhonya leves vega(1)  Főtt tojás(3)  Sóska mártás(1,7)  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 653kcal, zsír: 17,7g, tel.zsírsav: 3,4g, fehérje: 18,7g, szénhidrát: 101,7g, só: 0,7g | Tarhonya leves(1,9)  Telj. kiőrlésű kenyér(1)  Főtt tojás(3)  Sóska mártás(1,7)  energia: 458kcal, zsír: 20,5g, tel.zsírsav: 4,7g, fehérje: 16g, szénhidrát: 50g, só: 0,8g | Tarhonya leves vega(1)  Főtt tojás(3)  Sóska mártás(1,7)  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 653kcal, zsír: 17,7g, tel.zsírsav: 3,4g, fehérje: 18,7g, szénhidrát: 101,7g, só: 0,7g | Tarhonya leves(1,9)  Főtt tojás(3)  Sóska mártás Tm.(1)  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 637kcal, zsír: 18,1g, tel.zsírsav: 3,2g, fehérje: 16,9g, szénhidrát: 98,9g, só: 0,8g | Tarhonya leves(1,9)  Főtt tojás(3)  Sóska mártás(1,7)  Főtt burgonya 1/2  Gyümölcs  energia: 680kcal, zsír: 20,6g, tel.zsírsav: 4,5g, fehérje: 19g, szénhidrát: 101,7g, só: 0,8g |
| Zöldfűszeres margarinkrém, Telj.kiőrlésű zsemle(1)  energia: 233kcal, zsír: 8,7g, tel.zsírsav: 0,2g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 32,8g, só: 0,3g | Zöldfűszeres margarinkrém, Telj.kiőrlésű zsemle(1)  energia: 233kcal, zsír: 8,7g, tel.zsírsav: 0,2g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 32,8g, só: 0,3g | Gluténmentes kenyér, Zöldfűszeres vajkrém(7)  energia: 188kcal, zsír: 14g, tel.zsírsav: 5,8g, fehérje: 1g, szénhidrát: 15,1g, só: 0,3g | Gluténmentes kenyér, Zöldfűszeres margarinkrém  energia: 148kcal, zsír: 9,8g, tel.zsírsav: 0g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 15g, só: 0,6g | Félbarna kenyér(1), Zöldfűszeres vajkrém(7)  energia: 269kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 5,8g, fehérje: 6,6g, szénhidrát: 32g, só: 0g | Zöldfűszeres margarinkrém, Telj.kiőrlésű zsemle(1), Zöldség  energia: 146kcal, zsír: 8,2g, tel.zsírsav: 0,1g, fehérje: 2,7g, szénhidrát: 15g, só: 0,3g | Telj.kiőrlésű zsemle(1), Zöldfűszeres vajkrém(7)  energia: 273kcal, zsír: 12,9g, tel.zsírsav: 6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 32,8g, só: 0g | Zöldfűszeres margarinkrém, Telj.kiőrlésű zsemle(1)  energia: 233kcal, zsír: 8,7g, tel.zsírsav: 0,2g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 32,8g, só: 0,3g | Zsemle(1), Zöldfűszeres vajkrém(7)  energia: 251kcal, zsír: 12,4g, tel.zsírsav: 5,8g, fehérje: 5,5g, szénhidrát: 29,1g, só: 0,5g |
| **2024.05.28**  **Kedd** | Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Tonhalkrém(4), Zöldség  energia: 307kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2,2g, fehérje: 10,6g, szénhidrát: 37,6g, só: 0,3g | Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Tonhalkrém(4), Zöldség  energia: 307kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2,2g, fehérje: 10,6g, szénhidrát: 37,6g, só: 0,3g | Gyümölcs tea, Gluténmentes kenyér, Tonhalkrém(4), Zöldség  energia: 240kcal, zsír: 13,9g, tel.zsírsav: 2,2g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 24g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Gluténmentes kenyér, Tonhalkrém(4), Zöldség  energia: 240kcal, zsír: 13,9g, tel.zsírsav: 2,2g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 24g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Sajt szelet(7), Minimargarin, Zöldség  energia: 375kcal, zsír: 17,6g, tel.zsírsav: 8,7g, fehérje: 17,1g, szénhidrát: 36,8g, só: 1,1g | Diab. gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Tonhalkrém(3,4,10), Zöldség  energia: 212kcal, zsír: 10,9g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 8,3g, szénhidrát: 19,9g, só: 0,2g | Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Tonhalkrém(4), Zöldség  energia: 307kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2,2g, fehérje: 10,6g, szénhidrát: 37,6g, só: 0,3g | Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Tonhalkrém(4), Zöldség  energia: 307kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2,2g, fehérje: 10,6g, szénhidrát: 37,6g, só: 0,3g | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Tonhalkrém(4), Zöldség  energia: 321kcal, zsír: 12,5g, tel.zsírsav: 2,2g, fehérje: 10,9g, szénhidrát: 40,9g, só: 0,3g |
| Zöldséges karfiolleves(1,9)  Levesbetét(1)  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 860kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 34,1g, szénhidrát: 118,9g, só: 1,2g | Zöldséges karfiolleves(1,9)  Levesbetét(1)  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 860kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 34,1g, szénhidrát: 118,9g, só: 1,2g | Zöldséges karfiolleves(9)  Levesbetét GM  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 854kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 32,8g, szénhidrát: 119g, só: 1,3g | Zöldséges karfiolleves(9)  Levesbetét GM  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 854kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 32,8g, szénhidrát: 119g, só: 1,3g | Zöldséges karfiolleves(1,9)  Levesbetét(1)  Zöldborsópörkölt GM(1)  Párolt rizs  energia: 931kcal, zsír: 30,7g, tel.zsírsav: 3,1g, fehérje: 21,4g, szénhidrát: 138,4g, só: 1,5g | Zöldséges karfiolleves(1,9)  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 405kcal, zsír: 14,3g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 16,6g, szénhidrát: 50,8g, só: 0,8g | Zöldséges karfiolleves(1,9)  Levesbetét(1)  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 860kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 34,1g, szénhidrát: 118,9g, só: 1,2g | Zöldséges karfiolleves(1,9)  Levesbetét(1)  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 860kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 34,1g, szénhidrát: 118,9g, só: 1,2g | Zöldséges karfiolleves(1,9)  Levesbetét(1)  Majorannás csirkemáj  Párolt rizs  energia: 860kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 34,1g, szénhidrát: 118,9g, só: 1,2g |
| Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Kifli(1)  energia: 220kcal, zsír: 11,6g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 7,1g, szénhidrát: 22g, só: 1,3g | Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Kifli(1)  energia: 220kcal, zsír: 11,6g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 7,1g, szénhidrát: 22g, só: 1,3g | Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér  energia: 198kcal, zsír: 13,4g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 15,4g, só: 1,1g | Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér  energia: 198kcal, zsír: 13,4g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 15,4g, só: 1,1g | Kifli(1), Sajtkrém(7)  energia: 248kcal, zsír: 15,7g, tel.zsírsav: 9,2g, fehérje: 5,2g, szénhidrát: 21,8g, só: 0,9g | Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Teljes kiőrlésű kifli(1)  energia: 199kcal, zsír: 11,8g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 7,3g, szénhidrát: 15,7g, só: 1,2g | Csirkesonka, Kifli(1), Minimargarin  energia: 190kcal, zsír: 7,6g, tel.zsírsav: 1,7g, fehérje: 9g, szénhidrát: 21,8g, só: 1,3g | Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Kifli(1)  energia: 220kcal, zsír: 11,6g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 7,1g, szénhidrát: 22g, só: 1,3g | Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Kifli(1)  energia: 220kcal, zsír: 11,6g, tel.zsírsav: 3,7g, fehérje: 7,1g, szénhidrát: 22g, só: 1,3g |
| **2024.05.29**  **Szerda** | Gyümölcs tea, Zsemle(1), Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 263kcal, zsír: 6,5g, tel.zsírsav: 0,5g, fehérje: 12,7g, szénhidrát: 54,7g, só: 0,8g | Gyümölcs tea, Zsemle(1), Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 263kcal, zsír: 6,5g, tel.zsírsav: 0,5g, fehérje: 12,7g, szénhidrát: 54,7g, só: 0,8g | Tej(7), Gluténmentes kenyér, Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 296kcal, zsír: 13,8g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 15,1g, szénhidrát: 44,9g, só: 0,9g | Gyümölcs tea, Gluténmentes kenyér, Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 201kcal, zsír: 8,2g, tel.zsírsav: 0,6g, fehérje: 8,3g, szénhidrát: 40,7g, só: 0,6g | Tej(7), Zsemle(1), Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 358kcal, zsír: 12,1g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 19,5g, szénhidrát: 58,9g, só: 1,1g | Diab. gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle(1), Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 102kcal, zsír: 2,8g, tel.zsírsav: 0,3g, fehérje: 5,1g, szénhidrát: 20,1g, só: 0,1g | Tej(7), Zsemle(1), Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 358kcal, zsír: 12,1g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 19,5g, szénhidrát: 58,9g, só: 1,1g | Tej LM, Zsemle(1), Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 315kcal, zsír: 9,5g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 19,3g, szénhidrát: 53,9g, só: 1,4g | Tej(7), Zsemle(1), Csicseriborsó krém (hummusz)  energia: 358kcal, zsír: 12,1g, tel.zsírsav: 3,6g, fehérje: 19,5g, szénhidrát: 58,9g, só: 1,1g |
| Frankfurti leves(1)  Darás metélt(1)  Porcukor szórat  Baracklekvár öntet  energia: 863kcal, zsír: 21,9g, tel.zsírsav: 4,4g, fehérje: 21,7g, szénhidrát: 143,5g, só: 1g | Frankfurti leves(1)  Darás metélt(1)  Porcukor szórat  Baracklekvár öntet  energia: 863kcal, zsír: 21,9g, tel.zsírsav: 4,4g, fehérje: 21,7g, szénhidrát: 143,5g, só: 1g | Frankfurti leves(7)  Darás metélt GM  Baracklekvár öntet  Porcukor szórat  energia: 879kcal, zsír: 23,8g, tel.zsírsav: 5,6g, fehérje: 16,4g, szénhidrát: 148,5g, só: 1,1g | Frankfurti leves  Darás metélt GM  Baracklekvár öntet  Porcukor szórat  energia: 856kcal, zsír: 21,9g, tel.zsírsav: 4,6g, fehérje: 15,8g, szénhidrát: 147,9g, só: 1g | Frankfurti leves vega(1,7)  Darás metélt(1)  Baracklekvár öntet  Porcukor szórat  energia: 793kcal, zsír: 15,8g, tel.zsírsav: 2,4g, fehérje: 17,3g, szénhidrát: 144,1g, só: 0,5g | Frankfurti leves(1,7)  Darás metélt(1)  Diab.lekvár öntet  energia: 342kcal, zsír: 10,6g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 10,8g, szénhidrát: 50g, só: 0,3g | Frankfurti leves vega(1,7)  Darás metélt(1)  Porcukor szórat  Baracklekvár öntet  energia: 793kcal, zsír: 15,8g, tel.zsírsav: 2,4g, fehérje: 17,3g, szénhidrát: 144,1g, só: 0,5g | Frankfurti leves(1)  Darás metélt(1)  Porcukor szórat  Baracklekvár öntet  energia: 863kcal, zsír: 21,9g, tel.zsírsav: 4,4g, fehérje: 21,7g, szénhidrát: 143,5g, só: 1g | Frankfurti leves(1,7)  Darás metélt(1)  Porcukor szórat  Baracklekvár öntet  energia: 873kcal, zsír: 21,8g, tel.zsírsav: 5,1g, fehérje: 22,6g, szénhidrát: 145,1g, só: 0,7g |
| Minimargarin, Soproni felvágott, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Zöldség  energia: 201kcal, zsír: 6,3g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 29,8g, só: 0,2g | Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Soproni felvágott, Zöldség  energia: 201kcal, zsír: 6,3g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 29,8g, só: 0,2g | Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Soproni felvágott, Zöldség  energia: 133kcal, zsír: 7,6g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 0,7g, szénhidrát: 16,1g, só: 0,4g | Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Soproni felvágott, Zöldség  energia: 133kcal, zsír: 7,6g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 0,7g, szénhidrát: 16,1g, só: 0,4g | Főtt tojás kisétkezés(3), Telj. kiőrlésű kenyér(1), Zöldség  energia: 200kcal, zsír: 4,4g, tel.zsírsav: 1g, fehérje: 10g, szénhidrát: 29,9g, só: 0,2g | Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Soproni felvágott, Zöldség  energia: 130kcal, zsír: 5,9g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 3,2g, szénhidrát: 15,7g, só: 0,1g | Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Főtt tojás kisétkezés(3), Zöldség  energia: 250kcal, zsír: 9,9g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 10g, szénhidrát: 30g, só: 0,3g | Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Soproni felvágott, Zöldség  energia: 201kcal, zsír: 6,3g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 29,8g, só: 0,2g | Félbarna kenyér(1), Soproni felvágott, Minimargarin, Zöldség  energia: 214kcal, zsír: 6,2g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 6,3g, szénhidrát: 33g, só: 0,1g |
| **2024.05.30**  **Csütörtök** | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Sültpaprika krém  energia: 300kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 6,2g, szénhidrát: 39,9g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Sültpaprika krém  energia: 300kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 6,2g, szénhidrát: 39,9g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Sültpaprika krém, Gluténmentes kenyér  energia: 219kcal, zsír: 14g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 23g, só: 0,8g | Gyümölcs tea, Sültpaprika krém, Gluténmentes kenyér  energia: 219kcal, zsír: 14g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 23g, só: 0,8g | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Sültpaprika krém  energia: 300kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 6,2g, szénhidrát: 39,9g, só: 0,6g | Diab. gyümölcs tea, Sültpaprika krém, Telj. kiőrlésű kenyér(1)  energia: 209kcal, zsír: 12,4g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 3,7g, szénhidrát: 19,9g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Sültpaprika krém  energia: 300kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 6,2g, szénhidrát: 39,9g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Sültpaprika krém  energia: 300kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 6,2g, szénhidrát: 39,9g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Sültpaprika krém  energia: 300kcal, zsír: 12,6g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 6,2g, szénhidrát: 39,9g, só: 0,6g |
| Hamis gulyásleves(1,3,9)  Zöldborsófőzelék(1)  Sertéspörkölt(1)  energia: 595kcal, zsír: 22,6g, tel.zsírsav: 1,7g, fehérje: 32,2g, szénhidrát: 63g, só: 0,7g | Hamis gulyásleves  Zöldborsófőzelék(1)  Sertéspörkölt(1)  energia: 585kcal, zsír: 25,8g, tel.zsírsav: 2,1g, fehérje: 30,9g, szénhidrát: 55g, só: 1,1g | Hamis gulyásleves  Sertéspörkölt  Zöldborsófőzelék(7)  energia: 602kcal, zsír: 22g, tel.zsírsav: 2g, fehérje: 36,4g, szénhidrát: 62,5g, só: 1,3g | Hamis gulyásleves  Zöldborsófőzelék püre  Sertéspörkölt  energia: 626kcal, zsír: 29,6g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 32g, szénhidrát: 55,9g, só: 1,5g | Hamis gulyásleves(1,3,9)  Falafel golyók(1,3)  Zöldborsófőzelék(1,7)  energia: 801kcal, zsír: 37,3g, tel.zsírsav: 4,7g, fehérje: 29,2g, szénhidrát: 86,7g, só: 0,9g | Hamis gulyásleves  Zöldborsófőzelék(1,7)  Sertéspörkölt(1)  energia: 571kcal, zsír: 24,9g, tel.zsírsav: 2,3g, fehérje: 32,8g, szénhidrát: 51,8g, só: 1g | Hamis gulyásleves  Csirkepörkölt diétás  Zöldborsófőzelék(1,7)  energia: 579kcal, zsír: 19g, tel.zsírsav: 3g, fehérje: 36,8g, szénhidrát: 63,7g, só: 1,4g | Hamis gulyásleves  Zöldborsófőzelék(1)  Sertéspörkölt(1)  energia: 585kcal, zsír: 25,8g, tel.zsírsav: 2,1g, fehérje: 30,9g, szénhidrát: 55g, só: 1,1g | Hamis gulyásleves  Sertéspörkölt(1)  Zöldborsófőzelék(1,7)  energia: 567kcal, zsír: 18,3g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 35,3g, szénhidrát: 63,2g, só: 1g |
| Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Párizsi (sertés), Zöldség  energia: 288kcal, zsír: 13,6g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 10,7g, szénhidrát: 29,9g, só: 1g | Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Párizsi (sertés), Zöldség  energia: 288kcal, zsír: 13,6g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 10,7g, szénhidrát: 29,9g, só: 1g | Minimargarin, Sajt szelet(7), Gluténmentes kenyér, Zöldség  energia: 282kcal, zsír: 18,8g, tel.zsírsav: 8,7g, fehérje: 11,8g, szénhidrát: 16,7g, só: 1,4g | Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Párizsi (sertés), Zöldség  energia: 221kcal, zsír: 14,9g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 5,5g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g | Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Sajt szelet(7), Zöldség  energia: 350kcal, zsír: 17,6g, tel.zsírsav: 8,7g, fehérje: 17,1g, szénhidrát: 30,4g, só: 1,1g | Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Sajt szelet(7), Zöldség  energia: 279kcal, zsír: 17,2g, tel.zsírsav: 8,7g, fehérje: 14,3g, szénhidrát: 16,3g, só: 1,1g | Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Sajt szelet(7)  energia: 341kcal, zsír: 17,5g, tel.zsírsav: 8,7g, fehérje: 16,7g, szénhidrát: 28,8g, só: 1,1g | Telj. kiőrlésű kenyér(1), Minimargarin, Párizsi (sertés)  energia: 280kcal, zsír: 13,5g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 10,3g, szénhidrát: 28,3g, só: 1g | Minimargarin, Sajt szelet(7), Félbarna kenyér(1), Zöldség  energia: 363kcal, zsír: 17,4g, tel.zsírsav: 8,7g, fehérje: 17,4g, szénhidrát: 33,7g, só: 1,1g |
| **2024.05.31**  **Péntek** | Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Gépsonka  energia: 280kcal, zsír: 9,1g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 34,7g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Gépsonka  energia: 280kcal, zsír: 9,1g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 34,7g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gépsonka  energia: 213kcal, zsír: 10,4g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 9,3g, szénhidrát: 21,1g, só: 0,8g | Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gépsonka  energia: 213kcal, zsír: 10,4g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 9,3g, szénhidrát: 21,1g, só: 0,8g | Gyümölcs tea, Félbarna kenyér(1), Sajtkrém(7)  energia: 332kcal, zsír: 16g, tel.zsírsav: 9,2g, fehérje: 8,1g, szénhidrát: 38,6g, só: 0,5g | Diab. gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Gépsonka  energia: 210kcal, zsír: 8,8g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 12,7g, szénhidrát: 19,4g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Minimargarin, Félbarna kenyér(1), Csirkesonka  energia: 275kcal, zsír: 7,9g, tel.zsírsav: 1,7g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 38,6g, só: 0,9g | Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér(1), Gépsonka  energia: 280kcal, zsír: 9,1g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 34,7g, só: 0,6g | Gyümölcs tea, Minimargarin, Félbarna kenyér(1), Gépsonka  energia: 294kcal, zsír: 8,9g, tel.zsírsav: 2,5g, fehérje: 14,9g, szénhidrát: 38g, só: 0,6g |
| Rántott leves(1)  Pirított zsemlekocka(1)  Sárgarépás rizs  Natúr sertésborda(1)  Csemege uborka(10)  energia: 912kcal, zsír: 43,6g, tel.zsírsav: 5,4g, fehérje: 30g, szénhidrát: 95,5g, só: 1,7g | Rántott leves(1)  Levesbetét(1)  Sárgarépás rizs  Natúr sertésborda(1)  Csemege uborka(10)  energia: 889kcal, zsír: 39,7g, tel.zsírsav: 3,4g, fehérje: 30,5g, szénhidrát: 98,3g, só: 1,6g | Rántott leves  Figurás kukorica pehely  Natúr sertésborda  Sárgarépás rizs  Csemege uborka(10)  energia: 807kcal, zsír: 31,6g, tel.zsírsav: 2,6g, fehérje: 27,4g, szénhidrát: 100,1g, só: 2,1g | Rántott leves  Figurás kukorica pehely  Natúr sertésborda  Sárgarépás rizs  Csemege uborka(10)  energia: 807kcal, zsír: 31,6g, tel.zsírsav: 2,6g, fehérje: 27,4g, szénhidrát: 100,1g, só: 2,1g | Rántott leves(1)  Pirított zsemlekocka(1)  Rántott sajt(1,3,7)  Sárgarépás rizs  Csemege uborka(10)  energia: 860kcal, zsír: 44g, tel.zsírsav: 13,6g, fehérje: 23,9g, szénhidrát: 89,3g, só: 2,6g | Rántott leves(1)  Pirított zsemlekocka(1)  Sárgarépás rizs  Natúr sertésborda(1)  energia: 644kcal, zsír: 36,8g, tel.zsírsav: 4g, fehérje: 25g, szénhidrát: 50,3g, só: 0,9g | Rántott leves(1)  Pirított zsemlekocka(1)  Rántott sajt(1,3,7)  Sárgarépás rizs  Csemege uborka(10)  energia: 860kcal, zsír: 44g, tel.zsírsav: 13,6g, fehérje: 23,9g, szénhidrát: 89,3g, só: 2,6g | Rántott leves(1)  Pirított zsemlekocka(1)  Sárgarépás rizs  Natúr sertésborda(1)  Csemege uborka(10)  energia: 912kcal, zsír: 43,6g, tel.zsírsav: 5,4g, fehérje: 30g, szénhidrát: 95,5g, só: 1,7g | Rántott leves(1)  Pirított zsemlekocka(1)  Sárgarépás rizs  Natúr sertésborda(1)  Csemege uborka(10)  energia: 912kcal, zsír: 43,6g, tel.zsírsav: 5,4g, fehérje: 30g, szénhidrát: 95,5g, só: 1,7g |
| Minimargarin, Kifli(1), Gyümölcs  energia: 199kcal, zsír: 6,4g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 3,6g, szénhidrát: 31,5g, só: 0,5g | Minimargarin, Kifli(1), Gyümölcs  energia: 199kcal, zsír: 6,4g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 3,6g, szénhidrát: 31,5g, só: 0,5g | Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs  energia: 177kcal, zsír: 8,1g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 0,9g, szénhidrát: 25g, só: 0,4g | Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs  energia: 177kcal, zsír: 8,1g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 0,9g, szénhidrát: 25g, só: 0,4g | Túró desszert(5,7), Gyümölcs  energia: 161kcal, zsír: 6,2g, tel.zsírsav: 4,6g, fehérje: 3,5g, szénhidrát: 22,3g, só: 0g | Teljes kiőrlésű kifli(1), Minimargarin, Zöldség  energia: 128kcal, zsír: 6g, tel.zsírsav: 1,6g, fehérje: 3,3g, szénhidrát: 15,1g, só: 0,5g | Túró desszert(5,7), Gyümölcs  energia: 161kcal, zsír: 6,2g, tel.zsírsav: 4,6g, fehérje: 3,5g, szénhidrát: 22,3g, só: 0g | Minimargarin, Kifli(1), Gyümölcs  energia: 199kcal, zsír: 6,4g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 3,6g, szénhidrát: 31,5g, só: 0,5g | Kifli(1), Minimargarin, Gyümölcs  energia: 199kcal, zsír: 6,4g, tel.zsírsav: 1,5g, fehérje: 3,6g, szénhidrát: 31,5g, só: 0,5g |
| **2024.06.01**  **Szombat** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2024.06.02**  **Vasárnap** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |