



# Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Tejmentes F**

20. hét (2024-05-13 - 2024-05-19)

# Étlap

Korosztály: **Felső (11-14 év)**

Étkezés	Hétfő 2024.05.13.	Kedd 2024.05.14.	Szerda 2024.05.15.	Csütörtök 2024.05.16.	Péntek 2024.05.17.
<b>Tízórai</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>löncs felvágott</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>Citromos tea normál</li> </ul> <p>energia (Joule): 1335.8940 kJ; energia (kalória): 319.0730 kcal; zsír: 7.4530 g; zsírsav: 5.9400 g; szénhidrát: 54.0190 g; cukor: 32.3380 g; só: 1.6200 g; kalcium: 1.1580 mg; fehérje (össz): 7.8820 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>soproni felvágott</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>Citromos tea normál</li> </ul> <p>energia (Joule): 1459.1940 kJ; energia (kalória): 348.5230 kcal; zsír: 11.3530 g; zsírsav: 4.3050 g; szénhidrát: 53.5690 g; cukor: 32.4880 g; só: 1.4400 g; kalcium: 1.1580 mg; fehérje (össz): 7.3420 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gépsonka</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>rizstej</li> </ul> <p>energia (Joule): 1192.4570 kJ; energia (kalória): 284.8140 kcal; zsír: 6.9220 g; zsírsav: 1.9170 g; szénhidrát: 45.7900 g; cukor: 10.0000 g; só: 1.3240 g; kalcium: 240.1200 mg; telített zsírsav: 0.4000 g; koleszterin: 21.0000 mg; fehérje (össz): 8.3430 g; tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>virslí</li> <li>mini mustár {10!}</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>Kakaó TM</li> </ul> <p>energia (Joule): 2114.3680 kJ; energia (kalória): 505.0090 kcal; zsír: 16.5530 g; zsírsav: 0.4950 g; szénhidrát: 74.9120 g; cukor: 37.9720 g; só: 3.9820 g; kalcium: 240.1680 mg; telített zsírsav: 0.4000 g; koleszterin: 43.2000 mg; fehérje (össz): 12.2840 g; tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Házi húskrém</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>gyümölcs tea</li> </ul> <p>energia (Joule): 2217.0530 kJ; energia (kalória): 529.5350 kcal; zsír: 31.1240 g; zsírsav: 0.0020 g; szénhidrát: 37.3880 g; cukor: 16.0210 g; só: 1.2300 g; kalcium: 6.5020 mg; fehérje (össz): 9.3640 g</p>
<b>Ébred</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paradicsomleves {1!, 9!, 12!}</li> <li>Brassói aprópecsenye</li> <li>csemegeuborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 5605.8500 kJ; energia (kalória): 1338.9350 kcal; zsír: 76.0140 g; zsírsav: 61.7850 g; szénhidrát: 121.6470 g; cukor: 9.4810 g; só: 0.9370 g; kalcium: 82.0370 mg; fehérje (össz): 37.9680 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reszeltésztales {1!, 3!}</li> <li>Köményes karaj szelet</li> <li>Párolt rizs</li> <li>őszibarack befőtt</li> </ul> <p>energia (Joule): 4257.4460 kJ; energia (kalória): 1016.8740 kcal; zsír: 40.0770 g; zsírsav: 25.6040 g; szénhidrát: 126.1060 g; cukor: 12.3680 g; só: 1.6650 g; kalcium: 19.5110 mg; fehérje (össz): 32.3950 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alföldi csontleves {1!, 3!, 9!, 12!}</li> <li>Tavaszi sertés kocka</li> <li>Galuska {1!, 3!}</li> </ul> <p>energia (Joule): 3392.5460 kJ; energia (kalória): 810.2960 kcal; zsír: 24.5660 g; zsírsav: 12.2200 g; szénhidrát: 93.6520 g; cukor: 4.2320 g; só: 2.5220 g; kalcium: 27.7210 mg; fehérje (össz): 33.7160 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulykaraguleves {9!}</li> <li>Mákos guba+vaniliasodó Tm {1!}</li> </ul> <p>energia (Joule): 4111.1820 kJ; energia (kalória): 981.9380 kcal; zsír: 31.7670 g; zsírsav: 21.8860 g; szénhidrát: 148.1620 g; cukor: 62.1160 g; só: 2.3990 g; kalcium: 762.2080 mg; telített zsírsav: 0.4800 g; koleszterin: 30.0000 mg; fehérje (össz): 24.8930 g; tejkalcium: 288.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zellerkrémleves TM {1!, 9!, 12!}</li> <li>vegyes vágott savanyúság</li> <li>Budapest szelet {1!}</li> <li>Főtt burgonya</li> </ul> <p>energia (Joule): 4207.6420 kJ; energia (kalória): 1004.9760 kcal; zsír: 33.3580 g; zsírsav: 18.4020 g; szénhidrát: 109.0650 g; cukor: 0.1860 g; só: 2.4940 g; kalcium: 133.0800 mg; koleszterin: 588.0000 mg; fehérje (össz): 59.8670 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>íz vegyes mini</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> </ul> <p>energia (Joule): 767.2670 kJ; energia (kalória): 183.2590 kcal; zsír: 1.6220 g; szénhidrát: 37.2700 g; só: 0.7900 g; kalcium: 0.1200 mg; fehérje (össz): 3.6430 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 509.6170 kJ; energia (kalória): 121.7200 kcal; zsír: 1.6620 g; szénhidrát: 21.9500 g; só: 0.7900 g; kalcium: 6.1200 mg; fehérje (össz): 4.0430 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vegyes virágméz mini</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> </ul> <p>energia (Joule): 832.0170 kJ; energia (kalória): 198.7240 kcal; zsír: 1.6220 g; szénhidrát: 41.7800 g; cukor: 20.2500 g; só: 0.7900 g; kalcium: 10.1200 mg; fehérje (össz): 3.7180 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zala felvágott</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>tv paprika</li> </ul> <p>energia (Joule): 830.8170 kJ; energia (kalória): 198.4370 kcal; zsír: 7.5920 g; zsírsav: 5.6700 g; szénhidrát: 22.6500 g; só: 1.5400 g; kalcium: 0.1200 mg; fehérje (össz): 8.7230 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>vizes zsemle {1!}</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 509.6170 kJ; energia (kalória): 121.7200 kcal; zsír: 1.6620 g; szénhidrát: 21.9500 g; só: 0.7900 g; kalcium: 6.1200 mg; fehérje (össz): 4.0430 g</p>
<b>Élettani értékek összesítve</b>	<p>energia (Joule): 7709.0110 kJ energia (kalória): 1841.2670 kcal zsír: 85.0890 g zsírsav: 67.7250 g szénhidrát: 212.9360 g cukor: 41.8190 g só: 3.3470 g kalcium: 83.3150 mg fehérje (össz): 49.4930 g</p>	<p>energia (Joule): 6226.2570 kJ energia (kalória): 1487.1170 kcal zsír: 53.0920 g zsírsav: 29.9090 g szénhidrát: 201.6250 g cukor: 44.8560 g só: 3.8950 g kalcium: 26.7890 mg fehérje (össz): 43.7800 g</p>	<p>energia (Joule): 5417.0200 kJ energia (kalória): 1293.8340 kcal zsír: 33.1100 g zsírsav: 14.1370 g szénhidrát: 181.2220 g cukor: 34.4820 g só: 4.6360 g kalcium: 277.9610 mg telített zsírsav: 0.4000 g koleszterin: 21.0000 mg fehérje (össz): 45.7770 g tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<p>energia (Joule): 7056.3670 kJ energia (kalória): 1685.3840 kcal zsír: 55.9120 g zsírsav: 28.0510 g szénhidrát: 245.7240 g cukor: 100.0880 g só: 7.9210 g kalcium: 1002.4960 mg telített zsírsav: 0.8800 g koleszterin: 73.2000 mg fehérje (össz): 45.9000 g tejkalcium: 528.0000 mg</p>	<p>energia (Joule): 6934.3120 kJ energia (kalória): 1656.2310 kcal zsír: 66.1440 g zsírsav: 18.4040 g szénhidrát: 168.4030 g cukor: 16.2070 g só: 4.5140 g kalcium: 145.7020 mg koleszterin: 588.0000 mg fehérje (össz): 73.2740 g</p>

- |  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| 1  Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2  Rákfelék és azokból készült termékek       | 3  Tojás és abból készült termékek                       | 4  Halak és azokból készült termékek           |
| 5  Földimogyoró és abból készült termékek                | 6  Szójabab és abból készült termékek         | 7  Tej és abból készült termékek (belértve a laktózt is) | 8  Diófélék és azokból készült termékek        |
| 9  Zeller és abból készült termékek                      | 10  Mustár és abból készült termékek          | 11  Szezám és abból készült termékek                     | 12  Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13  Csillagfürt és a belőle készült termékek             | 14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek |  |  |

Intézményvezető

Dietétikus

Szakács

Élelmezésvezető







# Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Diabetikus-gluténmentes F**

20. hét (2024-05-13 - 2024-05-19)

# Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2024.05.13.	Kedd 2024.05.14.	Szerda 2024.05.15.	Csütörtök 2024.05.16.	Péntek 2024.05.17.
	<ul style="list-style-type: none"> <li>löncs felvágott</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>Citromos tea Diab.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>soproni felvágott</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>Citromos tea Diab.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gépsonka</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>Citromos tea Diab.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>virslis</li> <li>mini mustár {10!}</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>Citromos tea Diab.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Házi húskrém</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>Citromos tea Diab.</li> </ul>
Tízórai	<p>energia (Joule): 740.1180 kJ; energia (kalória): 176.7730 kcal; zsír: 7.2660 g; zsírsav: 5.9400 g; szénhidrát: 16.7830 g; cukor: 0.5300 g; só: 0.8630 g; kalcium: 1.0780 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 6.5490 g</p>	<p>energia (Joule): 863.4180 kJ; energia (kalória): 206.2230 kcal; zsír: 11.1660 g; zsírsav: 4.3050 g; szénhidrát: 16.3330 g; cukor: 0.6800 g; só: 0.6830 g; kalcium: 1.0780 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 6.0090 g</p>	<p>energia (Joule): 638.3150 kJ; energia (kalória): 152.4580 kcal; zsír: 4.1560 g; zsírsav: 1.9170 g; szénhidrát: 16.3050 g; cukor: 0.5300 g; só: 0.3670 g; kalcium: 1.1980 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; koleszterin: 21.0000 mg; fehérje (össz): 6.9120 g</p>	<p>energia (Joule): 1059.0180 kJ; energia (kalória): 252.9420 kcal; zsír: 13.2660 g; szénhidrát: 17.2030 g; cukor: 0.5300 g; só: 3.0230 g; kalcium: 1.0780 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; koleszterin: 43.2000 mg; fehérje (össz): 10.4090 g</p>	<p>energia (Joule): 1898.8180 kJ; energia (kalória): 453.5250 kcal; zsír: 30.9420 g; zsírsav: 0.0020 g; szénhidrát: 16.3160 g; cukor: 0.5670 g; só: 0.4730 g; kalcium: 6.5180 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 8.0500 g</p>
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paradicsomleves diab-gm {9!}</li> <li>csemegeuborka</li> <li>Brassói aprópecsenye diab. P</li> </ul> <p>energia (Joule): 1802.5120 kJ; energia (kalória): 430.5230 kcal; zsír: 14.0620 g; zsírsav: 8.8110 g; szénhidrát: 37.5890 g; cukor: 0.6150 g; só: 0.7310 g; kalcium: 34.8800 mg; telített zsírsav: 0.0090 g; fehérje (össz): 14.8210 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reszeltésztales diab-gm. {3!}</li> <li>Köményes karaj szelet diab. P</li> <li>Párolt rizs diab. P</li> <li>meggy befőtt diabos</li> </ul> <p>energia (Joule): 1485.3930 kJ; energia (kalória): 354.7790 kcal; zsír: 15.9970 g; zsírsav: 11.1270 g; szénhidrát: 46.7100 g; cukor: 6.5750 g; só: 0.7810 g; kalcium: 7.2700 mg; telített zsírsav: 0.0040 g; fehérje (össz): 11.0160 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Álföldi csontleves diab-gm {9!}</li> <li>Tavaszi sertéskocka diab. A</li> <li>galuska diab-gm {3!}</li> </ul> <p>energia (Joule): 2475.3660 kJ; energia (kalória): 591.2310 kcal; zsír: 19.4810 g; zsírsav: 10.1820 g; szénhidrát: 47.2350 g; cukor: 2.6490 g; só: 2.0590 g; kalcium: 18.8160 mg; telített zsírsav: 0.3300 g; fehérje (össz): 20.2870 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulykaraguleves {9!}</li> <li>Darás metélt diab-gm.</li> </ul> <p>energia (Joule): 1748.8740 kJ; energia (kalória): 417.7110 kcal; zsír: 24.1060 g; zsírsav: 18.1180 g; szénhidrát: 36.8230 g; cukor: 2.5200 g; só: 0.8970 g; kalcium: 2.0000 mg; telített zsírsav: 0.0880 g; koleszterin: 30.0000 mg; fehérje (össz): 11.4150 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zellerkrémleves Gm - diab. {9!, 12!}</li> <li>vegyes vágott savanyúság</li> <li>Budapest szelet diab-gm</li> <li>Főtt burgonya diab-gm</li> </ul> <p>energia (Joule): 1954.7860 kJ; energia (kalória): 466.8920 kcal; zsír: 17.4840 g; zsírsav: 7.3520 g; szénhidrát: 42.1140 g; cukor: 0.9670 g; só: 1.6370 g; kalcium: 85.6000 mg; telített zsírsav: 0.0250 g; koleszterin: 313.6000 mg; fehérje (össz): 35.9050 g; tejkalcium: 1.9200 mg</p>
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> </ul> <p>energia (Joule): 431.2010 kJ; energia (kalória): 102.9900 kcal; zsír: 1.4350 g; szénhidrát: 16.0020 g; cukor: 0.1600 g; só: 0.0330 g; kalcium: 0.2320 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 2.3100 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 450.8010 kJ; energia (kalória): 107.6710 kcal; zsír: 1.4750 g; szénhidrát: 16.6820 g; cukor: 0.1600 g; só: 0.0330 g; kalcium: 6.2320 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 2.7100 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> </ul> <p>energia (Joule): 431.2010 kJ; energia (kalória): 102.9900 kcal; zsír: 1.4350 g; szénhidrát: 16.0020 g; cukor: 0.1600 g; só: 0.0330 g; kalcium: 0.2320 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 2.3100 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zala felvágott</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>tv paprika</li> </ul> <p>energia (Joule): 772.0010 kJ; energia (kalória): 184.3880 kcal; zsír: 7.4050 g; zsírsav: 5.6700 g; szénhidrát: 17.3820 g; cukor: 0.1600 g; só: 0.7830 g; kalcium: 0.2320 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 7.3900 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér diab. R</li> <li>- só</li> <li>- élesztő*</li> <li>- CH csökkentett liszt</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 450.8010 kJ; energia (kalória): 107.6710 kcal; zsír: 1.4750 g; szénhidrát: 16.6820 g; cukor: 0.1600 g; só: 0.0330 g; kalcium: 6.2320 mg; telített zsírsav: 0.1280 g; fehérje (össz): 2.7100 g</p>
Elettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 2973.8310 kJ energia (kalória): 710.2860 kcal zsír: 22.7630 g zsírsav: 14.7510 g szénhidrát: 70.3740 g cukor: 1.3050 g só: 1.6270 g kalcium: 36.1900 mg telített zsírsav: 0.2650 g fehérje (össz): 23.6800 g</p>	<p>energia (Joule): 2799.6120 kJ energia (kalória): 668.6730 kcal zsír: 28.6380 g zsírsav: 15.4320 g szénhidrát: 79.7250 g cukor: 7.4150 g só: 1.4970 g kalcium: 14.5800 mg telített zsírsav: 0.2600 g fehérje (össz): 19.7350 g</p>	<p>energia (Joule): 3544.8820 kJ energia (kalória): 846.6790 kcal zsír: 25.0720 g zsírsav: 12.0990 g szénhidrát: 79.5420 g cukor: 3.3390 g só: 2.4590 g kalcium: 20.2460 mg telített zsírsav: 0.5860 g koleszterin: 21.0000 mg fehérje (össz): 29.5090 g</p>	<p>energia (Joule): 3579.8930 kJ energia (kalória): 855.0410 kcal zsír: 44.7770 g zsírsav: 23.7880 g szénhidrát: 71.4080 g cukor: 3.2100 g só: 4.7030 g kalcium: 3.3100 mg telített zsírsav: 0.3440 g koleszterin: 73.2000 mg fehérje (össz): 29.2140 g</p>	<p>energia (Joule): 4304.4050 kJ energia (kalória): 1028.0880 kcal zsír: 49.9010 g zsírsav: 7.3540 g szénhidrát: 75.1120 g cukor: 1.6940 g só: 2.1430 g kalcium: 98.3500 mg telített zsírsav: 0.2810 g koleszterin: 313.6000 mg fehérje (össz): 46.6650 g tejkalcium: 1.9200 mg</p>
	<p>1  Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek</p> <p>5  Földimogyoró és abból készült termékek</p> <p>9  Zeller és abból készült termékek</p> <p>13  Csillagfűrt és a belőle készült termékek</p>	<p>2  Ráklék és azokból készült termékek</p> <p>6  Szójabab és abból készült termékek</p> <p>10  Mustár és abból készült termékek</p> <p>14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek</p>	<p>3  Tojás és abból készült termékek</p> <p>7  Tej és abból készült termékek (belértve a laktózt is)</p> <p>11  Szezám és abból készült termékek</p>	<p>4  Halak és azokból készült termékek</p> <p>8  Diófélék és azokból készült termékek</p> <p>12  Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok</p>	
	<p>Intézményvezető</p>	<p>Dietetikus</p>	<p>Szakács</p>	<p>Élelmezésvezető</p>	



# Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Gluténmentes F**


20. hét (2024-05-13 - 2024-05-19)


# Étlap

Korosztály: **Felső (11-14 év)**



Étkezés	Hétfő 2024.05.13.	Kedd 2024.05.14.	Szerda 2024.05.15.	Csütörtök 2024.05.16.	Péntek 2024.05.17.		
Tízórai	<ul style="list-style-type: none"> <li>löncs felvágott</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>Citromos tea normál</li> </ul> <p>energia (Joule): 1458.8070 kJ; energia (kalória): 348.4300 kcal; zsír: 6.8950 g; zsírsav: 5.9400 g; szénhidrát: 135.1760 g; cukor: 38.9100 g; só: 0.8800 g; kalcium: 2.0540 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 6.5120 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>soproni felvágott</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>Citromos tea normál</li> </ul> <p>energia (Joule): 1582.1070 kJ; energia (kalória): 377.8800 kcal; zsír: 10.7950 g; zsírsav: 4.3050 g; szénhidrát: 134.7260 g; cukor: 39.0600 g; só: 0.7000 g; kalcium: 2.0540 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 5.9720 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gépsonka</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>rizstej</li> </ul> <p>energia (Joule): 1315.3700 kJ; energia (kalória): 314.1710 kcal; zsír: 6.3640 g; zsírsav: 1.9170 g; szénhidrát: 126.9470 g; cukor: 16.5720 g; só: 0.5840 g; kalcium: 241.0160 mg; telített zsírsav: 0.4500 g; koleszterin: 21.0000 mg; fehérje (össz): 6.9730 g; tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>virslis</li> <li>mini mustár {10}</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>Kakaó TM</li> </ul> <p>energia (Joule): 2237.2810 kJ; energia (kalória): 534.3660 kcal; zsír: 15.9950 g; zsírsav: 0.4950 g; szénhidrát: 156.0690 g; cukor: 44.5440 g; só: 3.2420 g; kalcium: 241.0640 mg; telített zsírsav: 0.4500 g; koleszterin: 43.2000 mg; fehérje (össz): 10.9140 g; tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Házi húskrém</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>gyümölcs tea</li> </ul> <p>energia (Joule): 2339.9660 kJ; energia (kalória): 558.8920 kcal; zsír: 30.5660 g; zsírsav: 0.0020 g; szénhidrát: 118.5450 g; cukor: 22.5930 g; só: 0.4900 g; kalcium: 7.3980 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 7.9940 g</p>		
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paradicsomleves {9}</li> <li>Brassói aprópecsenye</li> <li>csemegeuborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 5390.9560 kJ; energia (kalória): 1287.6080 kcal; zsír: 75.8750 g; zsírsav: 61.7850 g; szénhidrát: 116.3560 g; cukor: 2.2250 g; só: 0.8000 g; kalcium: 85.3200 mg; telített zsírsav: 0.0200 g; fehérje (össz): 37.0390 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reszeltésztales</li> <li>Gluténm. {3}</li> <li>Köményes karaj szelet</li> <li>Párolt rizs</li> <li>őszibarack befőtt</li> </ul> <p>energia (Joule): 4100.7150 kJ; energia (kalória): 979.4390 kcal; zsír: 39.9500 g; zsírsav: 25.6040 g; szénhidrát: 127.9620 g; cukor: 13.2160 g; só: 1.6690 g; kalcium: 19.5110 mg; telített zsírsav: 0.0060 g; fehérje (össz): 31.4430 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alföldi csontleves GM {9}</li> <li>Tavaszi sertés kocka</li> <li>Gluténm.</li> <li>Galuska Gluténm. {3}</li> </ul> <p>energia (Joule): 2293.1370 kJ; energia (kalória): 547.7070 kcal; zsír: 20.2960 g; zsírsav: 12.2080 g; szénhidrát: 117.1400 g; cukor: 10.1930 g; só: 2.1170 g; kalcium: 24.3200 mg; telített zsírsav: 0.0800 g; fehérje (össz): 17.5170 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulykaraguleves {9}</li> <li>Darás metélt Gluténm.</li> </ul> <p>energia (Joule): 3116.7720 kJ; energia (kalória): 744.4270 kcal; zsír: 32.5320 g; zsírsav: 25.3510 g; szénhidrát: 95.2090 g; cukor: 18.9260 g; só: 0.9230 g; kalcium: 2.0960 mg; telített zsírsav: 0.1920 g; koleszterin: 30.0000 mg; fehérje (össz): 14.1810 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zellerkrémleves</li> <li>Gluténm.Tejm. {9!, 12}</li> <li>vegyes vágott savanyúság</li> <li>Budapest szelet GM.</li> <li>Főtt burgonya</li> </ul> <p>energia (Joule): 4180.2790 kJ; energia (kalória): 998.4420 kcal; zsír: 37.3870 g; zsírsav: 22.0370 g; szénhidrát: 114.4130 g; cukor: 2.4950 g; só: 2.8260 g; kalcium: 129.2000 mg; telített zsírsav: 0.0260 g; koleszterin: 588.0000 mg; fehérje (össz): 58.2760 g</p>		
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none"> <li>íz vegyes mini</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> </ul> <p>energia (Joule): 890.1800 kJ; energia (kalória): 212.6160 kcal; zsír: 1.0640 g; szénhidrát: 118.4270 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.0500 g; kalcium: 1.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.2730 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 632.5300 kJ; energia (kalória): 151.0770 kcal; zsír: 1.1040 g; szénhidrát: 103.1070 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.0500 g; kalcium: 7.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.6730 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vegyes virágméz mini</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> </ul> <p>energia (Joule): 954.9300 kJ; energia (kalória): 228.0810 kcal; zsír: 1.0640 g; szénhidrát: 122.9370 g; cukor: 26.8220 g; só: 0.0500 g; kalcium: 11.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.3480 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zala felvágott</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>tv paprika</li> </ul> <p>energia (Joule): 953.7300 kJ; energia (kalória): 227.7940 kcal; zsír: 7.0340 g; zsírsav: 5.6700 g; szénhidrát: 103.8070 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.8000 g; kalcium: 1.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 7.3530 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 632.5300 kJ; energia (kalória): 151.0770 kcal; zsír: 1.1040 g; szénhidrát: 103.1070 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.0500 g; kalcium: 7.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.6730 g</p>		
Eletteni értékek összesítve	<p>energia (Joule): 7739.9430 kJ energia (kalória): 1848.6540 kcal zsír: 83.8340 g zsírsav: 67.7250 g szénhidrát: 369.9590 g cukor: 47.7070 g só: 1.7300 g kalcium: 88.3900 mg telített zsírsav: 0.1200 g fehérje (össz): 45.8240 g</p>	<p>energia (Joule): 6315.3520 kJ energia (kalória): 1508.3960 kcal zsír: 51.8490 g zsírsav: 29.9090 g szénhidrát: 365.7950 g cukor: 58.8480 g só: 2.4190 g kalcium: 28.5810 mg telített zsírsav: 0.1060 g fehérje (össz): 40.0880 g</p>	<p>energia (Joule): 4563.4370 kJ energia (kalória): 1089.9590 kcal zsír: 27.7240 g zsírsav: 14.1250 g szénhidrát: 367.0240 g cukor: 53.5870 g só: 2.7510 g kalcium: 276.3520 mg telített zsírsav: 0.5800 g koleszterin: 21.0000 mg fehérje (össz): 26.8380 g tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<p>energia (Joule): 6307.7830 kJ energia (kalória): 1506.5870 kcal zsír: 55.5610 g zsírsav: 31.5160 g szénhidrát: 355.0850 g cukor: 70.0420 g só: 4.9650 g kalcium: 244.1760 mg telített zsírsav: 0.6920 g koleszterin: 73.2000 mg fehérje (össz): 32.4480 g tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<p>energia (Joule): 7152.7750 kJ energia (kalória): 1708.4110 kcal zsír: 69.0570 g zsírsav: 22.0390 g szénhidrát: 336.0650 g cukor: 31.6600 g só: 3.3660 g kalcium: 143.6140 mg telített zsírsav: 0.1260 g koleszterin: 588.0000 mg fehérje (össz): 68.9430 g</p>		
1	Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek	2	Rákfélék és azokból készült termékek	3	Tojás és abból készült termékek	4	Halak és azokból készült termékek
5	Földimogyoró és abból készült termékek	6	Szójabab és abból készült termékek	7	Tej és abból készült termékek (belértve a laktózt is)	8	Diófélék és azokból készült termékek
9	Zeller és abból készült termékek	10	Mustár és abból készült termékek	11	Szezámag és abból készült termékek	12	Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok

13  Csillagfűt és a belőle készült termékek

14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek

*Likabé, Lelid*

Intézményvezető



*A*

Dietetikus

*Ful*

Szakács

*Peter L*

Élelmezésvezető





# Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ


Menü: **Tej-gluténmentes F**


20. hét (2024-05-13 - 2024-05-19)

# Étlap

Korosztály: **Felső (11-14 év)**

Étkezés	Hétfő 2024.05.13.	Kedd 2024.05.14.	Szerda 2024.05.15.	Csütörtök 2024.05.16.	Péntek 2024.05.17.
	<ul style="list-style-type: none"> <li>löncs felvágott</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Tízórai</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>Citromos tea normál</li> </ul> <p>energia (Joule): 1458.8070 kJ; energia (kalória): 348.4300 kcal; zsír: 6.8950 g; zsírsav: 5.9400 g; szénhidrát: 135.1760 g; cukor: 38.9100 g; só: 0.8800 g; kalcium: 2.0540 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 6.5120 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>soproni felvágott</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Tízórai</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>Citromos tea normál</li> </ul> <p>energia (Joule): 1582.1070 kJ; energia (kalória): 377.8800 kcal; zsír: 10.7950 g; zsírsav: 4.3050 g; szénhidrát: 134.7260 g; cukor: 39.0600 g; só: 0.7000 g; kalcium: 2.0540 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 5.9720 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gépsonka</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Tízórai</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>rizstej</li> </ul> <p>energia (Joule): 1315.3700 kJ; energia (kalória): 314.1710 kcal; zsír: 6.3640 g; zsírsav: 1.9170 g; szénhidrát: 126.9470 g; cukor: 16.5720 g; só: 0.5840 g; kalcium: 241.0160 mg; telített zsírsav: 0.4500 g; koleszterin: 21.0000 mg; fehérje (össz): 6.9730 g; tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>virslí</li> <li>mini mustár {10!}</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Tízórai</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>Kakaó TM</li> </ul> <p>energia (Joule): 2237.2810 kJ; energia (kalória): 534.3660 kcal; zsír: 15.9950 g; zsírsav: 0.4950 g; szénhidrát: 156.0690 g; cukor: 44.5440 g; só: 3.2420 g; kalcium: 241.0640 mg; telített zsírsav: 0.4500 g; koleszterin: 43.2000 mg; fehérje (össz): 10.9140 g; tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Házi hűskrém</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes kenyérpor</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Tízórai</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>gyümölcs tea</li> </ul> <p>energia (Joule): 2339.9660 kJ; energia (kalória): 558.8920 kcal; zsír: 30.5660 g; zsírsav: 0.0020 g; szénhidrát: 118.5450 g; cukor: 22.5930 g; só: 0.4900 g; kalcium: 7.3980 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 7.9940 g</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paradicsomleves {9!}</li> <li>Brassói aprópecsenye</li> <li>csemegeuborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 5390.9560 kJ; energia (kalória): 1287.6080 kcal; zsír: 75.8750 g; zsírsav: 61.7850 g; szénhidrát: 116.3560 g; cukor: 2.2250 g; só: 0.8000 g; kalcium: 85.3200 mg; telített zsírsav: 0.0200 g; fehérje (össz): 37.0390 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reszeltésztales</li> <li>Gluténm. {3!}</li> <li>Köményes karaj szelet</li> <li>Párolt rizs</li> <li>őszibarack befőtt</li> </ul> <p>energia (Joule): 4100.7150 kJ; energia (kalória): 979.4390 kcal; zsír: 39.9500 g; zsírsav: 25.6040 g; szénhidrát: 127.9620 g; cukor: 13.2160 g; só: 1.6690 g; kalcium: 19.5110 mg; telített zsírsav: 0.0060 g; fehérje (össz): 31.4430 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alföldi csontleves GM {9!}</li> <li>Tavaszi sertés kocka</li> <li>Galuska Gluténm. {3!}</li> </ul> <p>energia (Joule): 2097.8360 kJ; energia (kalória): 501.0600 kcal; zsír: 22.5170 g; zsírsav: 12.2080 g; szénhidrát: 117.2800 g; cukor: 10.1930 g; só: 2.1820 g; kalcium: 27.7210 mg; telített zsírsav: 0.0800 g; fehérje (össz): 23.8180 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulykaraguleves {9!}</li> <li>Darás metélt Gluténm.</li> </ul> <p>energia (Joule): 3116.7720 kJ; energia (kalória): 744.4270 kcal; zsír: 32.5320 g; zsírsav: 25.3510 g; szénhidrát: 95.2090 g; cukor: 18.9260 g; só: 0.9230 g; kalcium: 2.0960 mg; telített zsírsav: 0.1920 g; koleszterin: 30.0000 mg; fehérje (össz): 14.1810 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zellerkrémleves</li> <li>Gluténm. Tejm. {9!, 12!}</li> <li>vegyes vágott savanyúság</li> <li>Budapest szelet GM.</li> <li>Főtt burgonya</li> </ul> <p>energia (Joule): 4180.2790 kJ; energia (kalória): 998.4420 kcal; zsír: 37.3870 g; zsírsav: 22.0370 g; szénhidrát: 114.4130 g; cukor: 2.4950 g; só: 2.8260 g; kalcium: 129.2000 mg; telített zsírsav: 0.0260 g; koleszterin: 588.0000 mg; fehérje (össz): 58.2760 g</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>íz vegyes mini</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Uzsonna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> </ul> <p>energia (Joule): 890.1800 kJ; energia (kalória): 212.6160 kcal; zsír: 1.0640 g; szénhidrát: 118.4270 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.0500 g; kalcium: 1.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.2730 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Uzsonna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 632.5300 kJ; energia (kalória): 151.0770 kcal; zsír: 1.1040 g; szénhidrát: 103.1070 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.0500 g; kalcium: 7.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.6730 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vegyes virágméz mini</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Uzsonna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> </ul> <p>energia (Joule): 954.9300 kJ; energia (kalória): 228.0810 kcal; zsír: 1.0640 g; szénhidrát: 122.9370 g; cukor: 26.8220 g; só: 0.0500 g; kalcium: 11.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.3480 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zala felvágott</li> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérpor               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Uzsonna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>tv paprika</li> </ul> <p>energia (Joule): 953.7300 kJ; energia (kalória): 227.7940 kcal; zsír: 7.0340 g; zsírsav: 5.6700 g; szénhidrát: 103.8070 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.8000 g; kalcium: 1.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 7.3530 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mini margarin-10g-os</li> <li>Gluténmentes kenyér R               <ul style="list-style-type: none"> <li>- só</li> <li>- gluténmentes kenyérpor</li> <li>- gluténmentes</li> </ul> </li> <li>kenyérliszt               <ul style="list-style-type: none"> <li>- élesztő*</li> <li>- mindenmentes</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Uzsonna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lisztkeverék</li> <li>uborka</li> </ul> <p>energia (Joule): 632.5300 kJ; energia (kalória): 151.0770 kcal; zsír: 1.1040 g; szénhidrát: 103.1070 g; cukor: 6.5720 g; só: 0.0500 g; kalcium: 7.0160 mg; telített zsírsav: 0.0500 g; fehérje (össz): 2.6730 g</p>
	<p>energia (Joule): 7739.9430 kJ energia (kalória): 1848.6540 kcal zsír: 83.8340 g zsírsav: 67.7250 g szénhidrát: 369.9590 g cukor: 47.7070 g só: 1.7300 g kalcium: 88.3900 mg telített zsírsav: 0.1200 g fehérje (össz): 45.8240 g</p>	<p>energia (Joule): 6315.3520 kJ energia (kalória): 1508.3960 kcal zsír: 51.8490 g zsírsav: 29.9090 g szénhidrát: 365.7950 g cukor: 58.8480 g só: 2.4190 g kalcium: 28.5810 mg telített zsírsav: 0.1060 g fehérje (össz): 40.0880 g</p>	<p>energia (Joule): 4368.1360 kJ energia (kalória): 1043.3120 kcal zsír: 29.9450 g zsírsav: 14.1250 g szénhidrát: 367.1640 g cukor: 53.5870 g só: 2.8160 g kalcium: 279.7530 mg telített zsírsav: 0.5800 g koleszterin: 21.0000 mg fehérje (össz): 33.1390 g tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<p>energia (Joule): 6307.7830 kJ energia (kalória): 1506.5870 kcal zsír: 55.5610 g zsírsav: 31.5160 g szénhidrát: 355.0850 g cukor: 70.0420 g só: 4.9650 g kalcium: 244.1760 mg telített zsírsav: 0.6920 g koleszterin: 73.2000 mg fehérje (össz): 32.4480 g tejkalcium: 240.0000 mg</p>	<p>energia (Joule): 7152.7750 kJ energia (kalória): 1708.4110 kcal zsír: 69.0570 g zsírsav: 22.0390 g szénhidrát: 336.0650 g cukor: 31.6600 g só: 3.3660 g kalcium: 143.6140 mg telített zsírsav: 0.1260 g koleszterin: 588.0000 mg fehérje (össz): 68.9430 g</p>
<b>Éleltani értékek összesítve</b>					
1	Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek	2	Rákfélék és azokból készült termékek	3	Tojás és abból készült termékek
5	Földimogyoró és abból készült termékek	6	Szójabab és abból készült termékek	7	Tej és abból készült termékek (belértve a laktózt is)
9	Zeller és abból készült termékek	10	Mustár és abból készült termékek	11	Szezámag és abból készült termékek
				4	Halak és azokból készült termékek
				8	Diófélék és azokból készült termékek
				12	Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok

13  Csillagfűrt és a belőle készült  
termékek

14  Puhatestűek és a belőlük készült  
termékek

*András László*

Intézményvezető



*[Signature]*  
Dietétikus

*[Signature]*

Szakács

*[Signature]*

Élmezésvezető