



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Tejmentes A

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Alsós (7-10 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájas vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ébéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {11, 12} Fejtettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldséglevés {9}, {12} Sertés pörkölt Tarhonya {1}, {3} vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves {1}, {3}, {9}, {12} Kakaós kalács Tm. {1}, {3} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradisomleves {11}, {3}, {9}, {12} Köménys karaj szelet Főtt burgonya Csemegeuborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6109.2677 kJ energia (kalória): 1459.1714 kcal zsír: 49.1040 g zsírsav: 21.1040 g szénhidrát: 197.6010 g cukor: 55.8570 g só: 3.3350 g kalcium: 81.5750 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 47.6610 g tejkalcium: 0.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 6481.5067 kJ energia (kalória): 1548.0813 kcal zsír: 46.9240 g zsírsav: 6.4710 g szénhidrát: 229.0340 g cukor: 76.2270 g só: 5.3630 g kalcium: 117.4550 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 39.8140 g tejkalcium: 90.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5340.7574 kJ energia (kalória): 1275.6183 kcal zsír: 35.7760 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 186.7970 g cukor: 38.2200 g só: 4.2170 g kalcium: 82.6990 mg fehérje (össz): 45.2750 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>
-----------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

- | | | | | | | | |
|----|-------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|----|------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------|
| 1 | Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 | Ráklélek 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 (beltevé a laktózt is) | 8 | Diólélek és azokból készült termékek |
| 9 | Zeller és abból készült termékek | 10 | Mustár és abból készült termékek | 11 | Szezámmag 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

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető

Étlap

Korosztály: Alsós (7-10 év)



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízóral		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ébéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {11, 12} Fejtettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {9}, {12} Sertés pörkölt Tarhonya {1}, {3} vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Húsgombóc leves {11, 31, 91, 12} Kakaós kalács Tm. {1}, {3} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradisomleves {11, 31, 91, 12} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeuborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz édesgabarack mini vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítve	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	<p>energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6109.2677 kJ energia (kalória): 1459.1714 kcal zsír: 49.1040 g zsírsav: 21.1040 g szénhidrát: 197.6010 g cukor: 55.8570 g só: 3.3350 g kalcium: 81.5750 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 47.6610 g tejkalcium: 0.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 6481.5067 kJ energia (kalória): 1548.0813 kcal zsír: 46.9240 g zsírsav: 6.4710 g szénhidrát: 229.0340 g cukor: 76.2270 g só: 5.3630 g kalcium: 117.4650 mg tellített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 39.8140 g tejkalcium: 90.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5340.7574 kJ energia (kalória): 1275.6183 kcal zsír: 35.7760 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 186.7970 g cukor: 38.2200 g só: 4.2170 g kalcium: 82.6990 mg fehérje (össz): 45.2750 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	

- | | | | |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1 Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 Rakfélék 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 (bélterve 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 Puhatestűk és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető: Dietetikus: Szakács: Élelmezésvezető:



Étlap

Korosztály: Alsós (7-10 év)



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízóral		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ebéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {1, 12} Fejtettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {9, 12} Sertés pörkölt Tarhonya {1, 3} vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves {1, 3, 9, 12} Sertés pörkölt Kakaós kalács Tm. {1, 3} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradisomleves {1, 3, 9, 12} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeborka
Uzsonná		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} borka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Éleltani értékek összesítve	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 6109.2677 kJ energia (kalória): 1459.1714 kcal zsírsav: 21.1040 g szénhidrát: 197.6010 g cukor: 55.8570 g só: 3.3350 g kalcium: 81.5750 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 47.6610 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 6481.5067 kJ energia (kalória): 1548.0813 kcal zsírsav: 46.9240 g szénhidrát: 229.0340 g cukor: 76.2270 g só: 5.3630 g kalcium: 117.4550 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 39.8140 g tejkalcium: 90.1200 mg	energia (Joule): 5340.7574 kJ energia (kalória): 1275.6183 kcal zsírsav: 35.7760 g szénhidrát: 186.7970 g cukor: 38.2200 g só: 4.2170 g kalcium: 82.6990 mg fehérje (össz): 45.2750 g tejkalcium: 0.2400 mg	

- | | | | |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 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 Foldimogyoró és abból készült termékek | 6 Szójabab és abból készült termékek | 7 Tej és abból készült termékek (bélirtve a laktózt is) | 8 Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 Zeller és abból készült termékek | 10 Mustár és abból készült termékek | 11 Szezámmag 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:

Dietetikus:

Szakács:

Élelmezésvezető:

Étlap

Korosztály: Alsós (7-10 év)



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} liliahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ébred		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {11, 12} Fejlettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {9!, 12} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves Tojásmentes {11, 9} Kakaós kalács Tm.-tojásmentes {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradisomleves Tojásmentes {11, 9} Köményes karaj szelet Főtt burgonya Csemegeborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Eletleni értékek összesítve	<p>energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6357.3977 kJ energia (kalória): 1518.4374 kcal zsír: 42.2240 g zsírsav: 25.8510 g szénhidrát: 233.3460 g cukor: 57.0720 g só: 3.2050 g kalcium: 81.5750 mg telített zsírsav: 0.3000 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 42.9550 g tejkalcium: 0.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 6807.7947 kJ energia (kalória): 1626.0133 kcal zsír: 49.3690 g zsírsav: 8.9440 g szénhidrát: 228.7100 g cukor: 76.1920 g só: 5.3620 g kalcium: 109.6500 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 36.4760 g tejkalcium: 90.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5185.7184 kJ energia (kalória): 1238.5873 kcal zsír: 35.8030 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 177.4680 g cukor: 30.9900 g só: 4.1990 g kalcium: 94.7770 mg fehérje (össz): 45.2840 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>
-----------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

- | | | | | | | | |
|----|------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------|
| 1 | Glutén 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 (beleértve 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

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Étlap

Korosztály: Alsós (7-10 év)

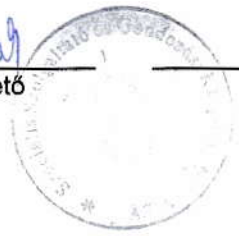


Étkezés	Hétfő 2025.04.21	Kedd 2025.04.22	Szerda 2025.04.23	Csütörtök 2025.04.24	Péntek 2025.04.25
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1!} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virali mini mustár {10!} vizes zsemle {1!} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} tv paprika Citromos tea normál
Ébéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {1!, 12!} Fejtettbabfőzelék TM {1!} virsi vizes zsemle {1!} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {9!, 12!} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Húsgombóc leves Tojásmentes {1!, 9!} Kakaós kalács Tm.-tojásmentes {1!} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradisomleves Tojásmentes {1!, 9!} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1!}

Élettani értékek összesítve	energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 6357.3977 kJ energia (kalória): 1518.4374 kcal zsír: 42.2240 g zsírsav: 25.8510 g szénhidrát: 233.3460 g cukor: 57.0720 g só: 3.2050 g kalcium: 81.5750 mg telített zsírsav: 0.3000 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 42.9550 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 6807.7947 kJ energia (kalória): 1626.0133 kcal zsír: 49.3690 g zsírsav: 8.9440 g szénhidrát: 228.7100 g cukor: 76.1920 g só: 5.3620 g kalcium: 109.6500 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 38.4760 g tejkalcium: 90.1200 mg	energia (Joule): 5185.7184 kJ energia (kalória): 1238.5873 kcal zsír: 35.8030 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 177.4860 g cukor: 30.9900 g só: 4.1990 g kalcium: 94.7770 mg fehérje (össz): 45.2840 g tejkalcium: 0.2400 mg
------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

- | | | | |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 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 (béltevé a laktózt is) | 8 Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 Zeller és abból készült termékek | 10 Mustár és abból készült termékek | 11 Szezámmag 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: Dietetikus: Szakács: Élelmezésvezető:





Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Tej-tojás-csirkehúsmentes A**

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: **Alsós (7-10 év)**

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virsl mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ebéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {1, 12} Fejlettbabfőzelék TM {1} virsl vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {9, 12} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves Tojásmentes {1, 9} Kakaós kalács Tm.-tojásmentes {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves Tojásmentes {1, 9} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeuborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os z sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítve	energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 6357.3977 kJ energia (kalória): 1518.4374 kcal zsírsav: 25.8510 g szénhidrát: 233.3460 g cukor: 57.0720 g só: 3.2050 g kalcium: 81.5750 mg telített zsírsav: 0.3000 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 42.9550 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 6807.7947 kJ energia (kalória): 1626.0133 kcal zsírsav: 49.3690 g zsírsav: 8.9440 g szénhidrát: 228.7100 g cukor: 76.1920 g só: 5.3620 g kalcium: 109.6500 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 36.4760 g tejkalcium: 90.1200 mg	energia (Joule): 5185.7184 kJ energia (kalória): 1238.5873 kcal zsírsav: 35.8030 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 177.4860 g cukor: 30.9900 g só: 4.1990 g kalcium: 94.7770 mg fehérje (össz): 45.2840 g tejkalcium: 0.2400 mg
------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

- | | | | | | | | |
|----|-------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------|
| 1 | Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 | Rákkéfék 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 (beleértve 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 | Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14 | Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | | | |

Intézményvezető
 Dietetikus
 Szakács
 Élélmezésvezető

Étlap





Korosztály: Alsós (7-10 év)

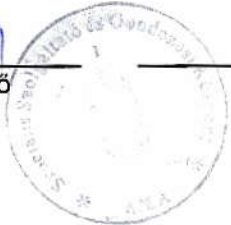


Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lihapaprika gyümölcsös tea citrom nélkül 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika gyümölcsös tea citrom nélkül 	<ul style="list-style-type: none"> virsl mini mustár {10} vizes zsemle {1} gyümölcsös tea citrom nélkül 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika gyümölcsös tea citrom nélkül
Ébéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {1, 12} Fejtettbabfőzelék TM {1} virsl vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olasz zöldségleves {9!, 12} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Húsgombóc leves Tojásmentes {11, 9} Kakaós kalács Tm.-tojásmentes {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradisomleves Tojásmentes {11, 9} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítve	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	energia (Joule): 6162.9544 kJ energia (kalória): 1471.9978 kcal zsír: 25.3090 g szénhidrát: 195.7110 g cukor: 26.5050 g só: 7.3295 g kalcium: 166.4280 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1310 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 6222.2967 kJ energia (kalória): 1486.1694 kcal zsír: 42.2120 g zsír: 25.8510 g szénhidrát: 225.6840 g cukor: 49.2330 g só: 3.2050 g kalcium: 81.0770 mg telített zsírsav: 0.3000 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 42.8980 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 6672.6937 kJ energia (kalória): 1593.7453 kcal zsír: 49.3570 g zsír: 8.9440 g szénhidrát: 221.0480 g cukor: 68.3530 g só: 5.3620 g kalcium: 109.1520 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 36.4190 g tejkalcium: 90.1200 mg	energia (Joule): 5050.6174 kJ energia (kalória): 1206.3193 kcal zsír: 35.7910 g zsír: 19.5300 g szénhidrát: 169.8240 g cukor: 23.1510 g só: 4.1990 g kalcium: 94.2790 mg fehérje (össz): 45.2270 g tejkalcium: 0.2400 mg	

- | | | | |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 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 Foldimogyoró és abból készült termékek | 6 Szójabab és abból készült termékek | 7 Tej és abból készült termékek (bélirtve 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 Csillagfürt és a belőle készült termékek | 14 Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

 Intézményvezető
 Dietetikus
 Szakács
 Élelmezésvezető



Étlap

Korosztály: Alsós (7-10 év)



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kendőmajas vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ebéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {11, 12} Fejlettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {91, 12} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Húsgombóc leves Tojásmentes {1, 9} Kakaós kalács Tm.-tojásmentes {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves Tojásmentes {1, 9} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeuborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítve	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3296 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 6357.3977 kJ energia (kalória): 1518.4374 kcal zsír: 42.2240 g zsírsav: 25.8510 g szénhidrát: 233.3460 g cukor: 57.0720 g só: 3.2050 g kalcium: 81.5750 mg telített zsírsav: 0.3000 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 42.9550 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 6807.7947 kJ energia (kalória): 1626.0133 kcal zsír: 49.3690 g zsírsav: 8.9440 g szénhidrát: 228.7100 g cukor: 76.1920 g só: 5.3620 g kalcium: 109.6500 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 36.4760 g tejkalcium: 90.1200 mg	energia (Joule): 5185.7184 kJ energia (kalória): 1238.5873 kcal zsír: 35.8030 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 177.4860 g cukor: 30.9900 g só: 4.1990 g kalcium: 94.7770 mg fehérje (össz): 45.2840 g tejkalcium: 0.2400 mg	

- | | | | | | | | |
|----|-------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|----|------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------|
| 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 (bélátve a laktózt is) | 8 | Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 | Zeller és abból készült termékek | 10 | Mustár és abból készült termékek | 11 | Szezámmag és abból készült termékek | 12 | Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13 | Caillagfűrt és a belőle készült termékek | 14 | Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | | | |

Intézményvezető:

Dietetikus:

Szakács:

Élelmezésvezető:



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ébéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {1, 12} Fejlettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {9, 12} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Húsgombóc leves Tojásmentes {1, 9} Kakaós kalács Tm.-tojásmentes {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves Tojásmentes {1, 9} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeborka
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6357.3977 kJ energia (kalória): 1518.4374 kcal zsír: 42.2240 g szénhidrát: 233.3460 g cukor: 57.0720 g só: 3.2050 g kalcium: 81.5750 mg telített zsírsav: 0.3000 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 42.9550 g tejkalcium: 0.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 6807.7947 kJ energia (kalória): 1626.0133 kcal zsír: 49.3690 g szénhidrát: 228.7100 g cukor: 76.1920 g só: 5.3620 g kalcium: 109.6500 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 36.4760 g tejkalcium: 90.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5185.7184 kJ energia (kalória): 1238.5873 kcal zsír: 35.8030 g szénhidrát: 177.4860 g cukor: 30.9900 g só: 4.1990 g kalcium: 94.7770 mg fehérje (össz): 45.2840 g tejkalcium: 0.2400 mg</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 | Szezámmag 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
 Dietetikus
 Szakács
 Élelmezésvezető



Étlap

Korosztály: Alsós (7-10 év)



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízóral	<ul style="list-style-type: none"> · párizsi sertés · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1} · lilahagyma · Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> · kenyérmájas · vizes zsemle {1} · tv paprika · Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> · virsl · mini mustár {10} · vizes zsemle {1} · Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> · zala feivágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1} · tv paprika · Citromos tea normál 	
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> · Burgonyaleves {11, 12} · Fejlettbabfőzelék TM {1} · virsl · vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> · Olaszos zöldségleves {9}, {12} · Tavaszi sertés kocka · Tarhonya GM · vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> · Húsgombóc leves · Tojásmentes {1, 9} · Kakaós kalács · Tm.-tojásmentes {1} 	<ul style="list-style-type: none"> · Rántott leves {1} · Köményes karaj szelet · Főtt burgonya · csemegeuborka 	
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none"> · olasz feivágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> · olasz feivágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1} · uborka 	<ul style="list-style-type: none"> · mini margarin-10g-os · szárgabarack mini · vizes zsemle {1} 	

Élettani értékek összesítve	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 6431.9637 kJ energia (kalória): 1536.2494 kcal zsír: 42.8500 g zsírsav: 29.2760 g szénhidrát: 234.6710 g cukor: 58.3530 g só: 3.5180 g kalcium: 82.8510 mg telített zsírsav: 0.3000 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 44.7720 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 6807.7947 kJ energia (kalória): 1626.0133 kcal zsír: 49.3690 g zsírsav: 8.9440 g szénhidrát: 228.7100 g cukor: 76.1920 g só: 5.3620 g kalcium: 109.6500 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 36.4760 g tejkalcium: 90.1200 mg	energia (Joule): 5120.3144 kJ energia (kalória): 1222.9663 kcal zsír: 31.7170 g zsírsav: 16.1540 g szénhidrát: 182.6970 g cukor: 30.4710 g só: 4.1420 g kalcium: 59.4420 mg fehérje (össz): 44.5590 g tejkalcium: 0.2400 mg	

- | | | | |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 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 (belátva a laktózt is) | 8 Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 Zeller és abból készült termékek | 10 Mustár és abból készült termékek | 11 Szézag 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 | | |

Intézményvezető:

Dietetikus:

Shakács:

Élelmezésvezető:





Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Mogyorómentes A**

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: **Alsós (7-10 év)**

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai	<ul style="list-style-type: none"> panzsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} illahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virsl mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál 	
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves {11, 12} Fejlettbabfőzelék TM {1} virsl vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Olasz zöldségleves {9, 12} Sertés pörkölt Tarhonya {1, 3} vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves {1, 3, 9, 12} Kakaós kalács Tm. {1, 3} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves {1, 3, 9, 12} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeuborka 	
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágmez mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} iz sárgabarack mini vizes zsemle {1} 	

Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 6298.0554 kJ energia (kalória): 1504.2658 kcal zsír: 50.9180 g zsírsav: 25.3090 g szénhidrát: 203.3730 g cukor: 34.3440 g só: 7.3295 g kalcium: 166.9260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 49.1880 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6109.2677 kJ energia (kalória): 1459.1714 kcal zsír: 49.1040 g zsírsav: 21.1040 g szénhidrát: 197.6010 g cukor: 55.8570 g só: 3.3350 g kalcium: 81.5750 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 47.6610 g tejkalcium: 0.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 6481.5067 kJ energia (kalória): 1548.0813 kcal zsír: 46.9240 g zsírsav: 6.4710 g szénhidrát: 229.0340 g cukor: 76.2270 g só: 5.3630 g kalcium: 117.4550 mg telített zsírsav: 0.1500 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 39.8140 g tejkalcium: 90.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5340.7574 kJ energia (kalória): 1275.6183 kcal zsír: 35.7760 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 166.7970 g cukor: 38.2200 g só: 4.2170 g kalcium: 82.6990 mg fehérje (össz): 45.2750 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>
------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

- | | | | | | | | |
|----|-------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------|
| 1 | Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 | Rakfélék 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 (beleértve a laktózt is) | 8 | Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 | Zeller és abból készült termékek | 10 | Mustár és abból készült termékek | 11 | Szezámmag 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 | | | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Előmezezős vezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Diabetikus A**

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: **Alsós (7-10 év)**

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai	<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea Diab. 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea Diab. 	<ul style="list-style-type: none"> virsl mini mustár {1} vizes zsemle {1} Citromos tea Diab. 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea Diab. 	
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves diab. P {9l, 12l} Fejtettbabfőzelék diab. ó {1} virsl 	<ul style="list-style-type: none"> Zöldségleves diab. P {9l, 12l} Sertés pörkölt diab P Tarhonya diab. P {1l, 3l} 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves diab. P {1l, 3l, 9l} Párolt hús diab. P Sárgarépa-főzelék {1} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves diab. P {1l, 3l, 9l} Köményes karaj szelet diab. P Főtt burgonya diab. P 	
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} 	

Élettani értékek összesítve	1	2	3	4
energia (Joule): 3321.9264 kJ energia (kalória): 793.4303 kcal zsír: 41.5890 g zsírsav: 18.3880 g szénhidrát: 70.7720 g cukor: 3.5840 g só: 6.5465 g kalcium: 54.3210 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 29.3520 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 3986.6857 kJ energia (kalória): 952.2043 kcal zsír: 48.6860 g zsírsav: 38.0240 g szénhidrát: 80.1530 g cukor: 2.1600 g só: 2.7680 g kalcium: 12.0440 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 26.3030 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5542.8917 kJ energia (kalória): 1323.6973 kcal zsír: 47.5770 g zsírsav: 14.7230 g szénhidrát: 70.4300 g cukor: 16.3370 g só: 5.6470 g kalcium: 49.2560 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 58.9370 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 2480.8824 kJ energia (kalória): 592.5494 kcal zsír: 19.6360 g zsírsav: 12.5870 g szénhidrát: 77.6490 g cukor: 0.4570 g só: 2.9040 g kalcium: 25.6450 mg fehérje (össz): 23.1120 g tejkalcium: 0.2400 mg	

- | | | | |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 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 (belátva 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 Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14 Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető
 Dietetikus
 Szakács
 Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Gluténmentes A**


17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap


Korosztály: **Alsós (7-10 év)**


Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.		
Tízórai		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájas Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár (10f) Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék tv paprika Citromos tea normál 		
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves GM Fejttetbabfőzelék TM-GM virslis Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> Olasz zöldségleves {9f, 12f} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves GM {9f, 9f} Kakaós kalács Tm.-gluténm. {3f} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves {9f} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeuborka 			
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágmazs mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os z sárgabarack mini Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 			
Élettani értékek összesítő	<p>energia (Joule): 5888.8264 kJ energia (kalória): 1406.5223 kcal zsír: 48.7650 g zsírsav: 25.2730 g szénhidrát: 416.6510 g cukor: 54.9710 g só: 5.3375 g kalcium: 160.4460 mg telített zsírsav: 0.1560 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 40.4850 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>				<p>energia (Joule): 6530.4657 kJ energia (kalória): 1559.7744 kcal zsír: 41.0740 g zsírsav: 25.8510 g szénhidrát: 382.8560 g cukor: 69.3940 g só: 1.7190 g kalcium: 83.2550 mg telített zsírsav: 0.3940 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 39.9330 g tejkalcium: 0.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5839.6007 kJ energia (kalória): 1394.7653 kcal zsír: 50.3050 g zsírsav: 11.3980 g szénhidrát: 394.0700 g cukor: 95.8280 g só: 4.0200 g kalcium: 122.5150 mg telített zsírsav: 0.2980 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 28.9210 g tejkalcium: 90.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5312.3604 kJ energia (kalória): 1268.8373 kcal zsír: 34.4960 g zsírsav: 19.5300 g szénhidrát: 331.3470 g cukor: 43.7400 g só: 2.6020 g kalcium: 87.4570 mg telített zsírsav: 0.1130 g fehérje (össz): 41.3820 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>


1 Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek 2 Ráktífélés és azokból készült termékek 3 Élesztő és abból készült termékek 4 Halak és azokból készült termékek


5  Földimogyoró és abból készült termékek


~~7  Tejfő és abból készült termékek~~


13  Csillagfürt és a belőle készült termékek


6  Szójabab és abból készült termékek


10  Mustár és abból készült termékek

14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek

7  Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)

11  Szezám és abból készült termékek

8  Diófélék és azokból készült termékek

12  Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok

Kibalkó Meli

Intézményvezető



[Signature]

Dietetikus

[Signature]




Szakács




[Signature]



Élelmezésvezető





Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.			
Tízóral		<ul style="list-style-type: none"> párizsi sertés mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék lilahagyma Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> kenőmájás Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék tv paprika Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> virslis mini mustár {10} Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék Citromos tea normál 	<ul style="list-style-type: none"> zala felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék tv paprika Citromos tea normál 			
Ebéd		<ul style="list-style-type: none"> Burgonyaleves GM Fejtettbabfőzelék TM-GM virslis Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> Olaszos zöldségleves {9!, 12!} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> Hüsgombóc leves GM {3!, 9!} Kakaós kalács Tm.-gluténm. {3!} 	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves {9!} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeborka 			
Uzsonna		<ul style="list-style-type: none"> olasz felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> vegyes virágmez mini mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék uborka 	<ul style="list-style-type: none"> mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék íz sárgabarack mini 			
Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 5888.8264 kJ energia (kalória): 1406.5223 kcal zsír: 48.7650 g szénhidrát: 25.2730 g cukor: 416.6510 g só: 54.9710 g só: 5.3375 g kalcium: 160.4460 mg telített zsírsav: 0.1560 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 40.4850 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>		<p>energia (Joule): 6530.4657 kJ energia (kalória): 1559.7744 kcal zsír: 41.0740 g szénhidrát: 382.8560 g cukor: 69.3940 g só: 1.7190 g kalcium: 83.2550 mg telített zsírsav: 0.3940 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 39.9330 g tejkalcium: 0.1200 mg</p>		<p>energia (Joule): 5839.6007 kJ energia (kalória): 1394.7653 kcal zsír: 50.3050 g szénhidrát: 11.3980 g cukor: 394.0700 g cukor: 95.8280 g só: 4.0200 g kalcium: 122.5150 mg telített zsírsav: 0.2980 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 28.9210 g tejkalcium: 90.1200 mg</p>		<p>energia (Joule): 5312.3604 kJ energia (kalória): 1268.8373 kcal zsír: 34.4960 g szénhidrát: 19.5300 g cukor: 331.3470 g cukor: 43.7400 g só: 2.6020 g kalcium: 87.4570 mg telített zsírsav: 0.1130 g fehérje (össz): 41.3820 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	

- 5  Földimogyoró és abból készült termékek
- 9  Zeller és abból készült termékek
- 13  Csillagfűrt és a belőle készült termékek

- 6  Szójabab és abból készült termékek
- 10  Mustár és abból készült termékek
- 14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek


- 7  Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)
- 11  Szezámag és abból készült termékek


- 8  Diófélék és azokból készült termékek
- 12  Kén-dioxid és SO₂-ben kifejezett szulfitok


Intézményvezető




Dietetikus


Szakács


Élelmézésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Tej-tojás-gluténm.-alsó**




17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)




Étlap



Korosztály: **Alsós (7-10 év)**



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai	<p>pénzes sertés mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - lila hagyma - Citromos tea normál <p><small>gőzölt sertés energia (Joule): 274.200 kJ, energia (kalória): 65.222 kcal, zsír: 9.400 g, fehérje: 7.400 g, szénhidrát: 0.000 g, só: 0.000 g, telítettség: 0.000 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.700 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	<p>kenőmájás Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika - Citromos tea normál <p><small>kenőmájás energia (Joule): 360.700 kJ, energia (kalória): 84.311 kcal, zsír: 8.310 g, fehérje: 7.400 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	<p>virslis mini mustár (10g) Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Citromos tea normál <p><small>virslis energia (Joule): 400.000 kJ, energia (kalória): 95.366 kcal, zsír: 12.000 g, fehérje: 8.000 g, szénhidrát: 0.120 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g mini mustár (10g) energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	<p>zala felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika - Citromos tea normál <p><small>zala felvágott energia (Joule): 307.200 kJ, energia (kalória): 73.374 kcal, zsír: 9.970 g, fehérje: 8.000 g, szénhidrát: 0.180 g, cukor: 0.180 g, telítettség: 0.000 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.700 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	
Ebéd	<p>Burgonyaleves GM Fejtettbabfőzelék TM-GM virslis Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p><small>Burgonyaleves GM energia (Joule): 300.000 kJ, energia (kalória): 71.429 kcal, zsír: 7.788 g, fehérje: 6.900 g, szénhidrát: 30.574 g, cukor: 1.740 g, só: 0.200 g, telítettség: 15.500 mg, telített zsírsav: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Fajtettbabfőzelék TM-GM energia (Joule): 1524.000 kJ, energia (kalória): 364.150 kcal, zsír: 11.878 g, fehérje: 10.190 g, szénhidrát: 84.700 g, cukor: 1.041 g, só: 0.041 g, telítettség: 143.100 mg, telített zsírsav: 0.010 g, telítettség: 15.140 g virslis energia (Joule): 400.000 kJ, energia (kalória): 95.366 kcal, zsír: 12.000 g, fehérje: 8.000 g, szénhidrát: 0.120 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	<p>Olaszos zöldségleves (9l, 12l) Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság</p> <p><small>Olaszos zöldségleves (9l, 12l) energia (Joule): 1118.874 kJ, energia (kalória): 267.190 kcal, zsír: 15.822 g, fehérje: 13.618 g, szénhidrát: 23.278 g, cukor: 4.482 g, só: 0.150 g, telítettség: 58.884 mg, telített zsírsav: 7.834 g Sertés pörkölt energia (Joule): 458.070 kJ, energia (kalória): 108.365 kcal, zsír: 5.259 g, fehérje: 1.677 g, cukor: 0.508 g, só: 0.438 g, telítettség: 11.475 mg, telítettség: 14.412 g Tarhonya GM energia (Joule): 2386.893 kJ, energia (kalória): 569.803 kcal, zsír: 6.918 g, fehérje: 4.747 g, szénhidrát: 114.206 g, cukor: 1.210 g, só: 0.220 g, telítettség: 0.300 g, telítettség: 0.020 g vegyes vágott savanyúság energia (Joule): 18.400 kJ, energia (kalória): 4.395 kcal, zsír: 0.340 g, fehérje: 0.180 g, szénhidrát: 0.180 g, telítettség: 0.180 g</small></p>	<p>húsgombóc leves Tojás-Gm (9l) Kakaós kalács Tm.-tojásmentes-gluténm.</p> <p><small>húsgombóc leves Tojás-Gm (9l) energia (Joule): 1070.200 kJ, energia (kalória): 255.656 kcal, zsír: 12.322 g, fehérje: 6.170 g, szénhidrát: 6.042 g, cukor: 5.709 g, só: 0.705 g, telítettség: 14.525 mg, telített zsírsav: 6.190 g Kakaós kalács Tm.-tojásmentes-gluténm. energia (Joule): 207.348 kJ, energia (kalória): 49.379 kcal, zsír: 20.348 g, fehérje: 0.774 g, szénhidrát: 101.478 g, cukor: 51.329 g, só: 0.231 g, telítettség: 51.464 mg, telített zsírsav: 0.204 g, telítettség: 5.485 g, telítettség: 90.000 mg</small></p>	<p>Paradicsomleves (9l) Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeburka</p> <p><small>Paradicsomleves (9l) energia (Joule): 904.900 kJ, energia (kalória): 216.911 kcal, zsír: 4.254 g, fehérje: 3.200 g, szénhidrát: 22.200 g, cukor: 1.100 g, só: 0.300 g, telítettség: 37.375 mg, telített zsírsav: 0.010 g, telítettség: 2.877 g Köményes karaj szelet energia (Joule): 1185.309 kJ, energia (kalória): 283.120 kcal, zsír: 21.473 g, fehérje: 10.190 g, szénhidrát: 84.700 g, cukor: 1.041 g, só: 0.041 g, telítettség: 143.100 mg, telített zsírsav: 0.010 g, telítettség: 15.140 g Főtt burgonya energia (Joule): 1322.865 kJ, energia (kalória): 316.912 kcal, zsír: 0.675 g, fehérje: 10.190 g, szénhidrát: 97.900 g, cukor: 0.737 g, telítettség: 40.300 mg, telítettség: 6.838 g csemegeburka energia (Joule): 20.800 kJ, energia (kalória): 4.937 kcal, zsír: 0.040 g, szénhidrát: 30.141 g, cukor: 30.317 g, telítettség: 1.088 mg, telítettség: 0.000 g</small></p>	
Uzsonna	<p>olasz felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p><small>olasz felvágott energia (Joule): 416.700 kJ, energia (kalória): 100.244 kcal, zsír: 8.240 g, fehérje: 8.175 g, szénhidrát: 0.290 g, cukor: 1.280 g, telítettség: 4.110 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.700 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	<p>vegyes virágmez mini mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p><small>vegyes virágmez mini energia (Joule): 342.000 kJ, energia (kalória): 81.855 kcal, szénhidrát: 20.510 g, cukor: 30.280 g, telítettség: 10.000 mg, telítettség: 0.079 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.700 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	<p>mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - uborka <p><small>mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.700 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	<p>mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - íz zörgabarack mini <p><small>mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.700 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Gluténmentes kenyér R energia (Joule): 48.200 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.000 g, fehérje: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g Citromos tea normál energia (Joule): 545.664 kJ, energia (kalória): 130.337 kcal, zsír: 0.207 g, szénhidrát: 96.023 g, cukor: 0.181 g, só: 0.007 g, telítettség: 0.000 g</small></p>	
Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 5888.8264 kJ energia (kalória): 1406.5223 kcal zsír: 48.7650 g szénhidrát: 25.2730 g szénhidrát: 416.6510 g cukor: 54.9710 g só: 5.3375 g kalcium: 160.4460 mg telített zsírsav: 0.1560 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 40.4850 g tejalkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6530.4657 kJ energia (kalória): 1559.7744 kcal zsír: 41.0740 g szénhidrát: 25.8510 g szénhidrát: 382.8560 g cukor: 69.3940 g só: 1.7190 g kalcium: 83.2550 mg telített zsírsav: 0.3940 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 39.9330 g tejalkalcium: 0.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5655.9877 kJ energia (kalória): 1350.9103 kcal zsír: 47.1250 g szénhidrát: 8.9440 g szénhidrát: 393.8600 g cukor: 95.6690 g só: 4.0200 g kalcium: 113.5050 mg telített zsírsav: 0.2980 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 25.3390 g tejalkalcium: 90.1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5312.3604 kJ energia (kalória): 1268.8373 kcal zsír: 34.4960 g szénhidrát: 19.5300 g szénhidrát: 331.3470 g cukor: 43.7400 g só: 2.6020 g kalcium: 87.4570 mg telített zsírsav: 0.1130 g fehérje (össz): 41.3820 g tejalkalcium: 0.2400 mg</p>	

1 Glutén tartalmú gabona és azokból készült termékek 2 Rakéla és azokból készült termékek 3 Tojás és abból készült termékek 4 Halak és azokból készült termékek

- 5  Földimogyoró és abból készült termékek
9  Zeller és abból készült termékek
13  Csillagfűrt és a belőle készült termékek

- 6  Szójabab és abból készült termékek
10  Mustár és abból készült termékek
14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek

- 7  Tej és abból készült termékek (belértve a laktózt is)
11  Szezámag és abból készült termékek

- 8  Diófélék és azokból készült termékek
12  Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok

Kiboly László
Intézményvezető




[Signature]
Dietetikus


[Signature]
Szakács


[Signature]
Élelmezésvezető





Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		<p>párizsi sertés mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - ilahagyma - Citromos tea normál</p> <p>energia (Joule): 279.000 kJ, energia (kalória): 66,322 kcal, zsír: 5,400 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g vitaminok: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 0,000 g, vas: 0,000 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g - Citromos tea normál energia (Joule): 513,407 kJ, energia (kalória): 122,825 kcal, zsír: 0,020 g, szénhidrát: 30,141 g, cukor: 30,141 g, kalcium: 1,088 mg, fehérje (össz): 0,096 g</p>	<p>kenőmájás Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika - Citromos tea normál</p> <p>energia (Joule): 386,700 kJ, energia (kalória): 92,111 kcal, zsír: 8,319 g, szénhidrát: 7,465 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 80,300 mg, fehérje (össz): 4,770 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g - tv paprika energia (Joule): 25,200 kJ, energia (kalória): 6,019 kcal, szénhidrát: 0,900 g, fehérje (össz): 0,300 g - Citromos tea normál energia (Joule): 370,407 kJ, energia (kalória): 88,256 kcal, zsír: 0,020 g, szénhidrát: 30,141 g, cukor: 30,141 g, kalcium: 1,088 mg, fehérje (össz): 0,096 g</p>	<p>virslis mini mustár (10l) Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Citromos tea normál</p> <p>energia (Joule): 900,000 kJ, energia (kalória): 214,309 kcal, zsír: 12,000 g, szénhidrát: 0,120 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 43,200 mg, fehérje (össz): 7,500 g - mini mustár (10l) energia (Joule): 48,000 kJ, energia (kalória): 11,465 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 0,800 g, fehérje (össz): 0,300 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g - Citromos tea normál energia (Joule): 513,407 kJ, energia (kalória): 122,825 kcal, zsír: 0,020 g, szénhidrát: 30,141 g, cukor: 30,141 g, kalcium: 1,088 mg, fehérje (össz): 0,096 g</p>	<p>zala felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika - Citromos tea normál</p> <p>energia (Joule): 307,200 kJ, energia (kalória): 73,374 kcal, zsír: 5,870 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 4,800 g, fehérje (össz): 4,800 g - mini margarin-10g-os energia (Joule): 30,877 kJ, energia (kalória): 7,370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g - tv paprika energia (Joule): 513,407 kJ, energia (kalória): 122,825 kcal, zsír: 0,020 g, szénhidrát: 30,141 g, cukor: 30,141 g, kalcium: 1,088 mg, fehérje (össz): 0,096 g</p>
Ébred		<p>Burgonyaleves GM Főtt burgonyafőzelék TM-GM virslis Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</p> <p>Burgonyaleves GM energia (Joule): 308,640 kJ, energia (kalória): 73,744 kcal, zsír: 7,744 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 13,500 mg, telített zsírsav: 0,003 g, fehérje (össz): 3,311 g Főtt burgonyafőzelék TM-GM energia (Joule): 1524,084 kJ, energia (kalória): 364,150 kcal, zsír: 11,878 g, szénhidrát: 10,180 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 1,842 g, kalcium: 1,432 mg, telített zsírsav: 0,012 g, fehérje (össz): 15,148 g - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g</p>	<p>Olaszos zöldségleves (9l, 12l) Sertés pörkölt Tárhonya GM végyes vágott savanyúság</p> <p>Olaszos zöldségleves (9l, 12l) energia (Joule): 119,874 kJ, energia (kalória): 28,710 kcal, zsír: 10,622 g, szénhidrát: 12,818 g, cukor: 23,274 g, cukor: 4,482 g, nátrium: 0,190 g, kalcium: 58,884 mg, telített zsírsav: 7,534 g - Sertés pörkölt energia (Joule): 638,010 kJ, energia (kalória): 152,365 kcal, zsír: 9,298 g, szénhidrát: 4,277 g, cukor: 0,305 g, nátrium: 1,216 g, kalcium: 11,479 mg, fehérje (össz): 14,412 g - Tárhonya GM energia (Joule): 259,000 kJ, energia (kalória): 61,829 kcal, zsír: 6,819 g, szénhidrát: 4,247 g, cukor: 114,056 g, cukor: 2,216 g, nátrium: 0,022 g, telített zsírsav: 0,300 g, fehérje (össz): 0,025 g végyes vágott savanyúság energia (Joule): 18,400 kJ, energia (kalória): 4,385 kcal, zsír: 0,040 g, szénhidrát: 0,077 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 0,160 g, fehérje (össz): 0,160 g</p>	<p>húsgombóc leves Tojás-Gm (9l) Kakaós kalács Tm.-tojásmentes-gluténm.</p> <p>húsgombóc leves Tojás-Gm (9l) energia (Joule): 1070,200 kJ, energia (kalória): 256,635 kcal, zsír: 12,522 g, szénhidrát: 0,170 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 1,701 g, kalcium: 14,625 mg, telített zsírsav: 0,198 g Kakaós kalács Tm.-tojásmentes-gluténm. energia (Joule): 2287,348 kJ, energia (kalória): 548,323 kcal, zsír: 20,840 g, szénhidrát: 0,714 g, cukor: 161,424 g, cukor: 51,328 g, nátrium: 0,231 g, kalcium: 81,484 mg, telített zsírsav: 0,204 g, fehérje (össz): 5,483 g, tejkalcium: 90,000 mg</p>	<p>Paradisomleves (9l) Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeuborka</p> <p>Paradisomleves (9l) energia (Joule): 304,300 kJ, energia (kalória): 72,811 kcal, zsír: 4,254 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 1,101 g, kalcium: 43,500 mg, telített zsírsav: 0,018 g, fehérje (össz): 2,407 g Köményes karaj szelet energia (Joule): 1558,384 kJ, energia (kalória): 369,126 kcal, zsír: 21,413 g, szénhidrát: 10,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 18,578 mg, fehérje (össz): 20,533 g Főtt burgonya energia (Joule): 1322,865 kJ, energia (kalória): 315,812 kcal, zsír: 0,575 g, szénhidrát: 10,180 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 43,500 mg, fehérje (össz): 6,434 g csemegeuborka energia (Joule): 22,000 kJ, energia (kalória): 5,278 kcal, zsír: 0,040 g, szénhidrát: 0,040 g, cukor: 0,040 g, kalcium: 0,040 g, fehérje (össz): 0,040 g</p>
Uzsonna		<p>olasz felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</p> <p>olasz felvágott energia (Joule): 419,700 kJ, energia (kalória): 100,264 kcal, zsír: 8,340 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 4,110 g, fehérje (össz): 0,120 g - mini margarin-10g-os energia (Joule): 30,877 kJ, energia (kalória): 7,370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g</p>	<p>végyes virágmáz mini mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék</p> <p>végyes virágmáz mini energia (Joule): 342,000 kJ, energia (kalória): 81,995 kcal, szénhidrát: 20,910 g, cukor: 21,280 g, kalcium: 10,000 mg, fehérje (össz): 0,070 g - mini margarin-10g-os energia (Joule): 30,877 kJ, energia (kalória): 7,370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g</p>	<p>mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék uborka</p> <p>mini margarin-10g-os energia (Joule): 30,877 kJ, energia (kalória): 7,370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g - uborka energia (Joule): 14,700 kJ, energia (kalória): 3,511 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 0,510 g, cukor: 0,510 g, kalcium: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g</p>	<p>mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék lz sárgabarack mini</p> <p>mini margarin-10g-os energia (Joule): 30,877 kJ, energia (kalória): 7,370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, nátrium: 0,000 g, kalcium: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszzt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 545.884 kJ, energia (kalória): 130,337 kcal, zsír: 0,267 g, szénhidrát: 98,023 g, cukor: 0,191 g, nátrium: 0,047 g, kalcium: 0,840 mg, telített zsírsav: 0,047 g, fehérje (össz): 7,126 g - lz sárgabarack mini energia (Joule): 27,200 kJ, energia (kalória): 6,520 kcal, szénhidrát: 14,000 g</p>
Élettani értékek összesítve		<p>energia (Joule): 5888,8264 kJ energia (kalória): 1406,5223 kcal zsír: 48,7650 g zsírsav: 25,2730 g szénhidrát: 416,6510 g cukor: 54,9710 g só: 5,3375 g kalcium: 160,4460 mg telített zsírsav: 0,1560 g koleszterin: 43,2000 mg fehérje (össz): 40,4850 g tejkalcium: 0,2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6530,4657 kJ energia (kalória): 1559,7744 kcal zsír: 41,0740 g zsírsav: 25,8510 g szénhidrát: 382,8560 g cukor: 69,3940 g só: 7,1790 g kalcium: 83,2550 mg telített zsírsav: 0,3940 g koleszterin: 67,2000 mg fehérje (össz): 39,9330 g tejkalcium: 0,1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5655,9877 kJ energia (kalória): 1350,9103 kcal zsír: 47,1250 g zsírsav: 8,9440 g szénhidrát: 393,8800 g cukor: 95,6690 g só: 4,0200 g kalcium: 113,5050 mg telített zsírsav: 0,2980 g koleszterin: 43,2000 mg fehérje (össz): 25,3390 g tejkalcium: 90,1200 mg</p>	<p>energia (Joule): 5312,3604 kJ energia (kalória): 1268,8373 kcal zsír: 34,4960 g zsírsav: 19,5300 g szénhidrát: 331,3470 g cukor: 43,7400 g só: 2,6020 g kalcium: 87,4570 mg telített zsírsav: 0,1130 g fehérje (össz): 41,3820 g tejkalcium: 0,2400 mg</p>


5  Földimogyoró és abból készült termékek


9  Zeller és abból készült termékek


13  Csillagfűrt és a belőle készült termékek


6  Szójabab és abból készült termékek


10  Mustár és abból készült termékek

14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek

7  Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)

11  Szezám és abból készült termékek

8  Diófélék és azokból készült termékek

12  Kén-dioxid és SO₂-ben kifejezett szulfitok

Ju. Balogh Jolán
Intézményvezető



[Signature]
Dietetikus

[Signature]
Szakács

[Signature]
Élelmezésvezető