

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Tejmentes F

20. hét (2025-05-12 - 2025-05-18)

Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.05.12.	Kedd 2025.05.13.	Szerda 2025.05.14.	Csütörtök 2025.05.15.	Péntek 2025.05.16.
Tízórai	- löncs felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - Citromos tea normál	- soproni felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - Citromos tea normál	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - rizstej	- virsl - mini mustár {10} - vizes zsemle {1} - Kakao TM	- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - gyümölcs tea
Ébéd	- Pulykaragu leves {9} - Mákos guba+vanillasodó Tm {1}	- Brokkolikrémléves TM. {1} - Brassói aprópecsenye - csemegeuborka	- Reszeltstizsleves {1, 3} - Zöldborsó főzelék TM. {1} - Sült hús - vizes zsemle {1}	- Becsinált leves /csirke/ {1, 3}, 9} - Tojásos galuska {1, 3} - Fejes saláta	- Alföldi csontleves {1, 3}, 9}, 12} - Budapest szelet {1} - Főtt burgonya - vegyes virágos savanyúság
Uzsonna	- íz vegyes mini - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - uborka	- vegyes virágos mini - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - tv paprika	- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}
Eletési értékek összesítve	energia (Joule): 6245.1994 kJ energia (kalória): 1491.6393 kcal zsír: 41.6320 g szénhidrát: 239.4530 g cukor: 94.4540 g só: 4.6610 g kalcium: 763.6060 mg telített zsírsav: 0.4800 g koleszterin: 30.0000 mg fehérje (össz): 36.4210 g tejkalcium: 288.2400 mg	energia (Joule): 7744.5904 kJ energia (kalória): 1849.7634 kcal zsír: 95.3020 g szénhidrát: 189.8410 g cukor: 36.3030 g só: 3.3430 g kalcium: 212.0380 mg fehérje (össz): 52.2250 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5403.8324 kJ energia (kalória): 1290.6823 kcal zsír: 41.8740 g szénhidrát: 170.9450 g cukor: 35.8180 g só: 4.5990 g kalcium: 371.6300 mg telített zsírsav: 0.5600 g fehérje (össz): 51.8530 g tejkalcium: 336.2400 mg	energia (Joule): 9024.4567 kJ energia (kalória): 2155.4564 kcal zsír: 84.8220 g szénhidrát: 250.4690 g cukor: 81.7440 g só: 5.8180 g kalcium: 279.2480 mg telített zsírsav: 0.4000 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 65.9790 g tejkalcium: 240.1200 mg	energia (Joule): 5843.4344 kJ energia (kalória): 1395.6790 kcal zsír: 44.3270 g szénhidrát: 193.780 g cukor: 18.5860 g só: 5.9675 g kalcium: 99.8620 mg koleszterin: 588.0000 mg fehérje (össz): 77.0610 g tejkalcium: 0.2400 mg

- | | | | |
|---|--|---|---|
| 1. Glutén tartalmú 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 SO ₂ -ben kifejezett szulfidok |
| 13. Csillagfű és a belőle készült termékek | 14. Puhatestűk és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmiszervezető

Étkezés	Hétfő 2025.05.12.	Kedd 2025.05.13.	Szerda 2025.05.14.	Csütörtök 2025.05.15.	Péntek 2025.05.16.
Tízórai	• löncs felvágott • mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} • Citromos tea normál löncs felvágott: energia (Joule): 339 100 kJ; energia (kalória): 78 604 kcal; zsír: 6 600 g; zsír+sav: 0 840 g; szénhidrát: 0 000 g; só: 0 560 g; fehérje (össz): 4 140 g mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g Citromos tea normál: energia (Joule): 947 834 kJ; energia (kalória): 130 500 kcal; zsír: 0 021 g; szénhidrát: 32 151 g; cukor: 32 136 g; kalcium: 1 156 mg; fehérje (össz): 0 102 g	• soproni felvágott • mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} • Citromos tea normál soproni felvágott: energia (Joule): 452 400 kJ; energia (kalória): 106 854 kcal; zsír: 10 500 g; zsír+sav: 4 306 g; szénhidrát: 0 190 g; cukor: 0 190 g; só: 0 680 g; fehérje (össz): 3 500 g mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g Citromos tea normál: energia (Joule): 947 834 kJ; energia (kalória): 130 500 kcal; zsír: 0 021 g; szénhidrát: 32 151 g; cukor: 32 136 g; kalcium: 1 156 mg; fehérje (össz): 0 102 g	• zala felvágott • mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} • rizstej zala felvágott: energia (Joule): 307 200 kJ; energia (kalória): 73 374 kcal; zsír: 5 970 g; zsír+sav: 5 670 g; szénhidrát: 0 180 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 4 640 g mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g Rizstej: energia (Joule): 506 000 kJ; energia (kalória): 120 856 kcal; zsír: 2 800 g; szénhidrát: 24 400 g; cukor: 10 000 g; só: 0 200 g; kalcium: 240 000 mg; telített zsírsav: 0 100 g; fehérje (össz): 0 200 g; tejlikárium: 240 000 mg	• virslis • mini mustár {10!} • vizes zsemle {1} • Kakaó TM virslis: energia (Joule): 600 000 kJ; energia (kalória): 143 300 kcal; zsír: 12 000 g; szénhidrát: 0 120 g; só: 3 000 g; koleszterin: 43 200 mg; fehérje (össz): 7 500 g mini mustár {10!}: energia (Joule): 48 000 kJ; energia (kalória): 11 465 kcal; zsír: 0 600 g; szénhidrát: 0 900 g; fehérje (össz): 0 500 g vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g Kakaó TM: energia (Joule): 1001 200 kJ; energia (kalória): 240 567 kcal; zsír: 3 121 g; zsír+sav: 4 405 g; szénhidrát: 52 024 g; cukor: 37 872 g; só: 0 202 g; kalcium: 240 168 mg; telített zsírsav: 0 400 g; fehérje (össz): 0 644 g; tejlíkárium: 240 300 mg	• párizsi sertés • mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} • gyümölcs tea párizsi sertés: energia (Joule): 276 000 kJ; energia (kalória): 65 922 kcal; zsír: 5 400 g; szénhidrát: 0 365 g; só: 0 638 g; fehérje (össz): 3 078 g mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g Gyümölcs tea: energia (Joule): 270 000 kJ; energia (kalória): 64 510 kcal; zsír: 0 016 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g
Ebéd	• Pulykaraguleves {9!} • Mákos guba+vaniliasodó Tm {1} Pulykaraguleves {9!} energia (Joule): 813 940 kJ; energia (kalória): 194 406 kcal; zsír: 15 748 g; zsír+sav: 10 684 g; szénhidrát: 3 305 g; cukor: 2 154 g; só: 0 481 g; kalcium: 2 000 mg; koleszterin: 30 000 mg; fehérje (össz): 3 078 g Mákos guba+vaniliasodó Tm {1} energia (Joule): 3287 242 kJ; energia (kalória): 787 502 kcal; zsír: 16 019 g; zsír+sav: 11 002 g; szénhidrát: 144 506 g; cukor: 58 852 g; só: 0 171 g; kalcium: 140 256 mg; telített zsírsav: 0 480 g; fehérje (össz): 15 819 g; tejlikárium: 228 000 mg	• Brokkolikréml leves TM {1!} • Brassói aprópecsenye • csemegeuborka Brokkolikréml leves TM {1!} energia (Joule): 592 153 kJ; energia (kalória): 213 087 kcal; zsír: 10 190 g; zsír+sav: 2 206 g; szénhidrát: 22 430 g; cukor: 2 763 g; só: 0 628 g; kalcium: 146 525 mg; fehérje (össz): 8 912 g Brassói aprópecsenye: energia (Joule): 4817 370 kJ; energia (kalória): 1150 090 kcal; zsír: 71 247 g; zsír+sav: 54 106 g; szénhidrát: 90 330 g; cukor: 1 052 g; só: 0 477 g; kalcium: 56 120 mg; fehérje (össz): 33 884 g Csemegeuborka: energia (Joule): 35 400 kJ; energia (kalória): 8 455 kcal; zsír: 0 090 g; szénhidrát: 1 560 g; fehérje (össz): 0 360 g	• Reszeltésztales Tojásm. {1!} • Zöldborsó főzelék TM. {1!} • Sült hús • vizes zsemle {1!} Reszeltésztales Tojásm. {1!} energia (Joule): 593 054 kJ; energia (kalória): 141 852 kcal; zsír: 8 227 g; zsír+sav: 7 252 g; szénhidrát: 112 393 g; cukor: 1 858 g; só: 0 396 g; kalcium: 0 880 mg; fehérje (össz): 1 713 g Zöldborsó főzelék TM. {1!} energia (Joule): 1391 440 kJ; energia (kalória): 332 330 kcal; zsír: 8 550 g; zsír+sav: 7 254 g; szénhidrát: 47 165 g; cukor: 4 000 g; só: 0 279 g; kalcium: 101 850 mg; telített zsírsav: 0 160 g; fehérje (össz): 12 042 g; tejlíkárium: 90 000 mg Sült hús: energia (Joule): 807 061 kJ; energia (kalória): 192 783 kcal; zsír: 10 954 g; zsír+sav: 2 190 g; szénhidrát: 0 506 g; só: 0 814 g; kalcium: 17 860 mg; fehérje (össz): 21 687 g Vizes zsemle {1!} energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g	• Zöldségleves normál {1!, 9!, 12!} • Darás metélt tojásmentes {1!} Zöldségleves normál {1!, 9!, 12!} energia (Joule): 861 922 kJ; energia (kalória): 206 568 kcal; zsír: 10 220 g; zsír+sav: 14 533 g; szénhidrát: 12 371 g; cukor: 3 404 g; só: 0 158 g; kalcium: 9 360 mg; fehérje (össz): 1 840 g Daras metélt tojásmentes {1!} energia (Joule): 2702 892 kJ; energia (kalória): 645 546 kcal; zsír: 17 064 g; zsír+sav: 14 487 g; szénhidrát: 112 393 g; cukor: 16 762 g; só: 0 268 g; kalcium: 10 088 mg; telített zsírsav: 0 160 g; fehérje (össz): 7 790 g	• Alföldi csontleves tojásmentes {9!} • Budapest szelet {1!} • Főtt burgonya • vegyes vágott savanyúság Alföldi csontleves tojásmentes {9!} energia (Joule): 1984 727 kJ; energia (kalória): 469 356 kcal; zsír: 22 448 g; zsír+sav: 10 878 g; szénhidrát: 15 961 g; cukor: 0 149 g; só: 1 322 g; kalcium: 48 000 mg; koleszterin: 556 000 mg; fehérje (össz): 47 117 g Főtt burgonya: energia (Joule): 1180 840 kJ; energia (kalória): 285 473 kcal; zsír: 47 200 g; zsír+sav: 0 286 g; szénhidrát: 72 000 g; só: 0 756 g; kalcium: 41 000 mg; fehérje (össz): 5000 g Vegyes vágott savanyúság: energia (Joule): 18 402 kJ; energia (kalória): 4 395 kcal; zsír: 0 040 g; szénhidrát: 0 180 g; fehérje (össz): 0 190 g
Uzsonna	• 1 vegyes mini • mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} 1 vegyes mini: energia (Joule): 297 250 kJ; energia (kalória): 69 226 kcal; szénhidrát: 16 019 g; zsír+sav: 10 684 g; szénhidrát: 3 305 g; cukor: 2 154 g; só: 0 481 g; kalcium: 2 000 mg; koleszterin: 30 000 mg; fehérje (össz): 3 078 g mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g	• mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} • uborka mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g Uborka: energia (Joule): 16 800 kJ; energia (kalória): 4 011 kcal; zsír: 0 040 g; szénhidrát: 0 660 g; kalcium: 0 000 mg; fehérje (össz): 0 490 g	• vegyes virágmez mini • mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} vegyes virágmez mini: energia (Joule): 347 200 kJ; energia (kalória): 81 865 kcal; szénhidrát: 20 519 g; cukor: 20 250 g; kalcium: 10 000 mg; fehérje (össz): 0 075 g mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g Vizes zsemle {1!} energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g	• mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} • tv paprika mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g tv paprika: energia (Joule): 33 800 kJ; energia (kalória): 8 025 kcal; szénhidrát: 1 200 g; fehérje (össz): 0 400 g	• olasz felvágott • mini margarin-10g-os • vizes zsemle {1} olasz felvágott: energia (Joule): 419 700 kJ; energia (kalória): 100 244 kcal; zsír: 6 240 g; zsír+sav: 6 175 g; szénhidrát: 0 090 g; só: 1 290 g; fehérje (össz): 4 110 g mini margarin-10g-os: energia (Joule): 30 357 kJ; energia (kalória): 7 370 kcal; zsír: 0 790 g; szénhidrát: 0 002 g; só: 0 010 g; kalcium: 0 120 mg; fehérje (össz): 0 003 g; tejlikárium: 0 120 mg vizes zsemle {1}: energia (Joule): 459 160 kJ; energia (kalória): 109 669 kcal; zsír: 0 832 g; szénhidrát: 21 265 g; só: 0 750 g; fehérje (össz): 3 640 g
Élelteni értékok összesítve	energia (Joule): 6245.1994 kJ energia (kalória): 1491.6393 kcal zsír: 41.6320 g zsír+sav: 27.8260 g szénhidrát: 239.4530 g cukor: 94.4540 g só: 4.6610 g kalcium: 763.6060 mg telített zsírsav: 0.4800 g koleszterin: 30.0000 mg fehérje (össz): 36.4210 g tejlíkárium: 288.2400 mg	energia (Joule): 7744.5904 kJ energia (kalória): 1849.7634 kcal zsír: 95.3020 g zsír+sav: 69.7090 g szénhidrát: 189.8410 g cukor: 36.3030 g só: 3.3430 g kalcium: 212.0380 mg fehérje (össz): 52.2250 g tejlíkárium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5386.7984 kJ energia (kalória): 1286.6143 kcal zsír: 41.5770 g zsír+sav: 22.3620 g szénhidrát: 170.9300 g cukor: 35.8030 g só: 4.5990 g kalcium: 370.7800 mg telített zsírsav: 0.5600 g fehérje (össz): 51.5230 g tejlíkárium: 336.2400 mg	energia (Joule): 6202.8587 kJ energia (kalória): 1481.5254 kcal zsír: 51.4590 g zsír+sav: 29.4950 g szénhidrát: 222.0460 g cukor: 58.1380 g só: 5.2160 g kalcium: 249.7440 mg telített zsírsav: 0.5920 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 25.9060 g tejlíkárium: 240.1200 mg	energia (Joule): 5557.6484 kJ energia (kalória): 1327.4200 kcal zsír: 43.6250 g zsír+sav: 19.3880 g szénhidrát: 151.2920 g cukor: 19.1040 g só: 5.9095 g kalcium: 99.8620 mg koleszterin: 588.0000 mg fehérje (össz): 74.2050 g tejlíkárium: 0.2400 mg

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Elmézésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Diabetikus F

20. hét (2025-05-12 - 2025-05-18)

Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.05.12.	Kedd 2025.05.13.	Szerda 2025.05.14.	Csütörtök 2025.05.15.	Péntek 2025.05.16.		
Tízórai	· löncs felvágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · Citromos tea Diab.	· soproni felvágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · Citromos tea Diab.	· Citromos tea Diab. · zala felvágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!}	· Citromos tea Diab. · virslis · minni mustár {10!} · vizes zsemle {1!}	· párizsi sertés · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · Citromos tea Diab.		
Ebéd	· Pulykaraguleves {9!} · Párolt pulykacomb diab. P · Gyümölcsmártás diab. A {1!}	· Brokkolikrémléves diab. P {1!} · Brassói aprópecsenye diab. P	· Reszelttészta leves diab. P {1, 3!} · Zöldborsó főzelék diab. P {1!} · Sült hús diab. P · vizes zsemle {1!}	· Becsinált leves /csirke/Diab. P {1, 3!} · Tojásos galuska Diab. P {1, 3!}	· Alföldi csontleves diab. P {1, 3!} · Budapest szelet diab. P {1!} · Főtt burgonya diab. P		
Uzsonna	· mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!}	· mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · uborka	· mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!}	· mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · tv paprika	· olasz felvágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!}		
Életponti értékek összesítő	energia (Joule): 3703.2324 kJ energia (kalória): 884.5012 kcal zsír: 46.1640 g szénhidrát: 25.4320 g cukor: 3.7450 g só: 3.3410 g kalcium: 3.4940 mg koleszterin: 120.0000 mg fehérje (össz): 47.1970 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 3406.5034 kJ energia (kalória): 813.6293 kcal zsír: 30.2970 g szénhidrát: 15.2840 g cukor: 2.6210 g só: 2.7650 g kalcium: 126.8460 mg fehérje (össz): 28.4410 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 3919.3204 kJ energia (kalória): 936.1130 kcal zsír: 45.3690 g szénhidrát: 31.1430 g cukor: 2.0690 g só: 3.7860 g kalcium: 40.3960 mg telített zsírsav: 0.0320 g fehérje (össz): 39.5800 g tejkalcium: 19.4400 mg	energia (Joule): 3441.4287 kJ energia (kalória): 821.9704 kcal zsír: 35.5540 g szénhidrát: 20.9950 g cukor: 1.5980 g só: 5.4430 g kalcium: 5.1260 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 28.3670 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 3718.9954 kJ energia (kalória): 888.2672 kcal zsír: 33.9040 g szénhidrát: 14.8440 g cukor: 1.7920 g só: 4.7515 g kalcium: 50.3740 mg koleszterin: 392.0000 mg fehérje (össz): 50.5870 g tejkalcium: 0.2400 mg		
1	Glutén tartalmú gabona és azokból készült termékek	2	Rákkfélek 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	Szezámamag 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

Dietétikus

Shakács

Élelmezésvezető

Árkai János

Intézményvezető

[Signature]

Dietetikus

Fül

Szakács

[Signature]

Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Gluténmentes F**

20. hét (2025-05-12 - 2025-05-18)

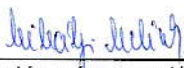
Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.05.12.	Kedd 2025.05.13.	Szerda 2025.05.14.	Csütörtök 2025.05.15.	Péntek 2025.05.16.
Tízórai	- löncs felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Citromos tea normál	- soproni felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Citromos tea normál	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - rizstej	- virslis - mini mustár {10} - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Kakaó TM	- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - gyümölcs tea
Ebéd	- Pulykaraguleves (9l) - Mákos guba+vanília sodó Gm-tej.	- Brokkolikrémleves - Gluténm. TM. - Brassói aprópecsenye - csemegeuborka	- Reszeltésztales Gluténm. {3l} - Zöldborsó főzelék - TM. Gluténm. {9l} - Sült hús - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- Becsinált leves /csirke/ Gluténm. {3l, 9l} - Tejásos galuska Gluténm. {3l} - Főjs saláta	- Alföldi csontleves GM {9l} - Budapest szelet GM. - Főtt burgonya - vegyes vágott savanyúság
Uzsonna	- íz vegyes mini - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - uborka	- vegyes virágméz mini - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika	- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék
Életrai értékek összesítve	energia (Joule): 6214,1754 kJ energia (kalória): 1484,2303 kcal zsír: 40,4380 g zsírsav: 27,8260 g szénhidrát: 479,3890 g cukor: 116,0780 g só: 1,7430 g kalcium: 748,1980 mg telített zsírsav: 0,6440 g koleszterin: 30,0000 mg fehérje (össz): 30,9350 g tejalkalcium: 288,2400 mg	energia (Joule): 7648,7414 kJ energia (kalória): 1826,8704 kcal zsír: 93,9470 g zsírsav: 69,7090 g szénhidrát: 342,4080 g cukor: 50,0830 g só: 1,6360 g kalcium: 210,1900 mg telített zsírsav: 0,1050 g fehérje (össz): 47,1000 g tejalkalcium: 0,2400 mg	energia (Joule): 5046,0084 kJ energia (kalória): 1205,2188 kcal zsír: 34,8270 g zsírsav: 18,9770 g szénhidrát: 407,2540 g cukor: 55,9150 g só: 3,0670 g kalcium: 272,8440 mg telített zsírsav: 0,5630 g fehérje (össz): 45,2920 g tejalkalcium: 240,2400 mg	energia (Joule): 7529,6627 kJ energia (kalória): 1798,4304 kcal zsír: 79,7270 g zsírsav: 62,3590 g szénhidrát: 416,3150 g cukor: 101,6480 g só: 4,3570 g kalcium: 280,9040 mg telített zsírsav: 0,5510 g koleszterin: 43,2000 mg fehérje (össz): 49,7670 g tejalkalcium: 240,1200 mg	energia (Joule): 6148,9304 kJ energia (kalória): 1468,6460 kcal zsír: 47,9420 g zsírsav: 22,9830 g szénhidrát: 328,7380 g cukor: 31,9670 g só: 4,1235 g kalcium: 101,6540 mg telített zsírsav: 0,1370 g koleszterin: 588,0000 mg fehérje (össz): 71,4750 g tejalkalcium: 0,2400 mg

1 Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek 2 Rákélték 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 SO ₂ -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: **Tej-gluténmentes F**

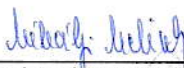
20. hét (2025-05-12 - 2025-05-18)

Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.05.12.	Kedd 2025.05.13.	Szerda 2025.05.14.	Csütörtök 2025.05.15.	Péntek 2025.05.16.
Tízórai	- löncs felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Citromos tea normál energia (Joule): 230.100 kJ, energia (kalória): 78.004 kcal, zsír: 6.900 g, szénhidrát: 0.800 g, só: 0.640 g, telítettség (össz): 4.140 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g Citromos tea normál energia (Joule): 547.834 kJ, energia (kalória): 130.900 kcal, zsír: 0.021 g, szénhidrát: 32.151 g, cukor: 32.336 g, kalcium: 1.196 mg, telítettség (össz): 6.102 g	- soproni felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Citromos tea normál energia (Joule): 452.400 kJ, energia (kalória): 106.954 kcal, zsír: 10.500 g, szénhidrát: 0.150 g, só: 0.150 g, telítettség (össz): 4.860 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g Citromos tea normál energia (Joule): 547.834 kJ, energia (kalória): 130.900 kcal, zsír: 0.021 g, szénhidrát: 32.151 g, cukor: 32.336 g, kalcium: 1.196 mg, telítettség (össz): 6.102 g	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - rizstej energia (Joule): 307.200 kJ, energia (kalória): 73.574 kcal, zsír: 6.970 g, szénhidrát: 0.150 g, só: 0.150 g, telítettség (össz): 4.860 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g Citromos tea normál energia (Joule): 547.834 kJ, energia (kalória): 130.900 kcal, zsír: 0.021 g, szénhidrát: 32.151 g, cukor: 32.336 g, kalcium: 1.196 mg, telítettség (össz): 6.102 g	- virsli - mini mustár (10l) - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Kakaó TM energia (Joule): 805.000 kJ, energia (kalória): 193.365 kcal, zsír: 12.000 g, szénhidrát: 0.130 g, só: 0.000 g, kalcium: 43.200 mg, telítettség (össz): 7.500 g mini mustár (10l) energia (Joule): 48.000 kJ, energia (kalória): 11.465 kcal, zsír: 0.800 g, szénhidrát: 0.000 g, telítettség (össz): 0.800 g Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g Citromos tea normál energia (Joule): 547.834 kJ, energia (kalória): 130.900 kcal, zsír: 0.021 g, szénhidrát: 32.151 g, cukor: 32.336 g, kalcium: 1.196 mg, telítettség (össz): 6.102 g	- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - gyümölcs tea energia (Joule): 270.000 kJ, energia (kalória): 65.020 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, só: 0.000 g, kalcium: 3.570 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g Citromos tea normál energia (Joule): 547.834 kJ, energia (kalória): 130.900 kcal, zsír: 0.021 g, szénhidrát: 32.151 g, cukor: 32.336 g, kalcium: 1.196 mg, telítettség (össz): 6.102 g
Ebéd	- Pulykaraguleves (9l) - Mákos guba+vanília sodó Gm-tejm. energia (Joule): 813.540 kJ, energia (kalória): 194.406 kcal, zsír: 15.748 g, szénhidrát: 12.000 g, cukor: 2.164 g, só: 0.481 g, kalcium: 7.000 mg, telítettség (össz): 9.874 g Mákos guba+vanília sodó Gm-tejm. energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g	- Brokkolikrémléves - Gluténm. TM. - Brassói aprópecsenye - csemegeuborka energia (Joule): 550.478 kJ, energia (kalória): 131.479 kcal, zsír: 9.951 g, szénhidrát: 12.000 g, cukor: 3.360 g, só: 0.369 g, kalcium: 1.440 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.369 g Brassói aprópecsenye energia (Joule): 487.372 kJ, energia (kalória): 116.909 kcal, zsír: 11.747 g, szénhidrát: 10.150 g, cukor: 1.051 g, só: 0.477 g, kalcium: 39.100 mg, telítettség (össz): 33.684 g csemegeuborka energia (Joule): 39.400 kJ, energia (kalória): 9.455 kcal, zsír: 0.000 g, szénhidrát: 1.500 g, telítettség (össz): 0.360 g	- Reszeltzöldségleves Gluténm. (3l) - Zöldborsó főzelék TM.Gluténm. (9l) - Sült hús - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 521.608 kJ, energia (kalória): 125.488 kcal, zsír: 8.387 g, szénhidrát: 15.172 g, cukor: 2.416 g, só: 0.400 g, kalcium: 1.830 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 1.830 g Zöldborsó főzelék TM.Gluténm. (9l) energia (Joule): 521.608 kJ, energia (kalória): 125.488 kcal, zsír: 8.387 g, szénhidrát: 15.172 g, cukor: 2.416 g, só: 0.400 g, kalcium: 1.830 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 1.830 g Sült hús energia (Joule): 807.061 kJ, energia (kalória): 192.763 kcal, zsír: 10.854 g, szénhidrát: 2.146 g, cukor: 0.538 g, só: 0.014 g, kalcium: 17.880 mg, telítettség (össz): 21.967 g Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g	- Becsinált leves /csirke/ Gluténm. (3l, 9l) - Tojásos galuska Gluténm. (3l) - Fejes saláta energia (Joule): 1457.356 kJ, energia (kalória): 350.244 kcal, zsír: 18.354 g, szénhidrát: 23.676 g, cukor: 15.967 g, só: 0.708 g, kalcium: 4.000 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.708 g Tojásos galuska Gluténm. (3l) energia (Joule): 340.740 kJ, energia (kalória): 81.550 kcal, zsír: 44.154 g, szénhidrát: 39.720 g, cukor: 6.900 g, só: 0.351 g, kalcium: 34.500 mg, telítettség (össz): 0.040 g, telítettség (össz): 15.140 g Fejes saláta energia (Joule): 707.758 kJ, energia (kalória): 168.045 kcal, zsír: 0.150 g, szénhidrát: 41.832 g, cukor: 45.960 g, só: 0.006 g, kalcium: 0.240 mg, telítettség (össz): 0.748 g	- Alföldi csontleves GM (9l) - Budapest szelet GM. - Főtt burgonya - vegyes vágott savanyúság energia (Joule): 388.131 kJ, energia (kalória): 92.226 kcal, zsír: 2.002 g, szénhidrát: 0.025 g, cukor: 14.873 g, só: 0.168 g, kalcium: 9.960 mg, telítettség (össz): 0.032 g, telítettség (össz): 2.937 g Budapest szelet GM energia (Joule): 2141.807 kJ, energia (kalória): 511.565 kcal, zsír: 28.256 g, szénhidrát: 20.714 g, cukor: 0.788 g, só: 1.205 g, kalcium: 45.000 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 588.000 mg Főtt burgonya energia (Joule): 1410.640 kJ, energia (kalória): 336.973 kcal, zsír: 0.720 g, szénhidrát: 0.298 g, cukor: 73.000 g, só: 0.785 g, kalcium: 45.200 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.180 g vegyes vágott savanyúság energia (Joule): 16.400 kJ, energia (kalória): 3.905 kcal, zsír: 0.040 g, szénhidrát: 0.180 g, telítettség (össz): 0.180 g
Uzsonna	- íz vegyes mini - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 277.250 kJ, energia (kalória): 66.220 kcal, zsír: 15.000 g, szénhidrát: 0.000 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g	- mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - uborka energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g uborka energia (Joule): 19.000 kJ, energia (kalória): 4.561 kcal, zsír: 0.040 g, szénhidrát: 0.540 g, kalcium: 8.000 mg, telítettség (össz): 0.400 g	- vegyes virágméz mini - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 342.000 kJ, energia (kalória): 81.888 kcal, szénhidrát: 20.610 g, cukor: 22.500 g, kalcium: 10.000 mg, telítettség (össz): 0.075 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g	- mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g tv paprika energia (Joule): 22.500 kJ, energia (kalória): 5.385 kcal, szénhidrát: 0.025 kcal, szénhidrát: 1.200 g, telítettség (össz): 0.400 g	- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 416.700 kJ, energia (kalória): 100.244 kcal, zsír: 6.340 g, szénhidrát: 0.175 g, szénhidrát: 0.050 g, só: 1.280 g, telítettség (össz): 4.110 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.857 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0.790 g, szénhidrát: 0.002 g, só: 0.010 g, kalcium: 0.120 mg, telítettség (össz): 0.003 g, telítettség (össz): 0.120 mg Gluténmentes kenyér R - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék energia (Joule): 362.073 kJ, energia (kalória): 136.026 kcal, zsír: 0.274 g, szénhidrát: 102.425 g, cukor: 8.572 g, só: 0.040 g, kalcium: 0.896 mg, telítettség (össz): 0.050 g, telítettség (össz): 2.270 g
Éleltani értékek összesítve	energia (Joule): 6214.1754 kJ energia (kalória): 1484.2303 kcal zsír: 40.4380 g szénhidrát: 479.3890 g cukor: 116.0780 g só: 1.7430 g kalcium: 748.1980 mg telített zsírsav: 0.6440 g koleszterin: 30.0000 mg fehérje (össz): 30.9350 g tejkalcium: 288.2400 mg	energia (Joule): 7648.7414 kJ energia (kalória): 1826.8704 kcal zsír: 93.9470 g szénhidrát: 69.7090 g cukor: 50.0830 g só: 1.6360 g kalcium: 210.1900 mg telített zsírsav: 0.1050 g fehérje (össz): 47.1000 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5046.0084 kJ energia (kalória): 1205.2188 kcal zsír: 34.8270 g szénhidrát: 407.2540 g cukor: 55.9150 g só: 3.0670 g kalcium: 272.8440 mg telített zsírsav: 0.5630 g fehérje (össz): 45.2920 g tejkalcium: 240.2400 mg	energia (Joule): 7529.6627 kJ energia (kalória): 1798.4304 kcal zsír: 79.7270 g szénhidrát: 416.3150 g cukor: 101.6480 g só: 4.3570 g kalcium: 280.9040 mg telített zsírsav: 0.5510 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 71.4750 g tejkalcium: 240.1200 mg	energia (Joule): 6148.9304 kJ energia (kalória): 1468.6460 kcal zsír: 47.9420 g szénhidrát: 328.7380 g cukor: 31.9670 g só: 4.1235 g kalcium: 101.6540 mg telített zsírsav: 0.1370 g koleszterin: 588.0000 mg fehérje (össz): 71.4750 g tejkalcium: 0.2400 mg

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


Intézményvezető


Dietetikus


Szakács


Élelmezésvezető

