HPM Plus kft

Gyermek- és közétkeztetés

Heti étlap 2026.10.12. - 2026.10.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00031) Tejmentes Pápay	Reggeli	Tejeskávé rizstejjel[1], Mester Pizzás csiga	Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Sárgarépa, friss	Kakaó rizsitallal, Allergénmentes kalács	Margarin, Retek, Cukrozatlan mandulatej, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Lilahagyma, Magyaros margarinkrém
		Energia: 350.89 Kcal / 1,466.72 Kj	Energia: 396.95 Kcal / 1,659.25 Kj	Energia: 244.92 Kcal / 1,023.77 Kj	Energia: 210.85 Kcal / 881.35 Kj	Energia: 353.37 Kcal / 1,477.09 Kj
		Fehérje: 7.25 g; Zsír: 16.09 g; T.Zsírsav: 12.15 g	Fehérje: 14.03 g; Zsír: 11.02 g; T.Zsírsav: 3.64 g	Fehérje: 4.49 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.78 g	Fehérje: 6.43 g; Zsír: 6.13 g; T.Zsírsav: 1.29 g	Fehérje: 9.34 g; Zsír: 7.18 g; T.Zsírsav: 0.40 g
		Szénhidrát: 38.48 g; Cukor: 6.30 g; Só: 2.23 g	Szénhidrát: 60.08 g; Cukor: 10.11 g; Só: 2.38 g	Szénhidrát: 42.77 g; Cukor: 14.98 g; Só: 0.44 g	Szénhidrát: 30.90 g; Cukor: 0.08 g; Só: 1.35 g	Szénhidrát: 60.63 g; Cukor: 10.03 g; Só: 1.54 g
		1	1		1	1
	Tízórai	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika	Limonádé, Violife natúr növényi sajt, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka	Gyümölcstea, Tonhalkrém tejfehérjementesen [3,4,10,(6)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Sós perec[1], Cukrozatlan mandulatej
		Energia: 363.42 Kcal / 1,519.10 Kj	Energia: 262.61 Kcal / 1,097.71 Kj	Energia: 283.29 Kcal / 1,184.15 Kj	Energia: 356.60 Kcal / 1,490.59 Kj	Energia: 213.48 Kcal / 892.35 Kj
		Fehérje: 11.71 g; Zsír: 8.42 g; T.Zsírsav: 3.15 g	Fehérje: 5.13 g; Zsír: 6.69 g; T.Zsírsav: 5.84 g	Fehérje: 11.10 g; Zsír: 5.37 g; T.Zsírsav: 1.55 g	Fehérje: 16.46 g; Zsír: 4.99 g; T.Zsírsav: 0.63 g	Fehérje: 5.25 g; Zsír: 6.55 g; T.Zsírsav: 2.15 g
		Szénhidrát: 59.42 g; Cukor: 10.16 g; Só: 1.83 g	Szénhidrát: 45.50 g; Cukor: 8.68 g; Só: 1.54 g	Szénhidrát: 43.75 g; Cukor: 10.24 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 59.14 g; Cukor: 10.47 g; Só: 1.97 g	Szénhidrát: 30.00 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.23 g
		1,(6)	1	1,6	1,3,4,10,(6)	1
	Ebéd	Brokkoli krémleves tejfehérjementesen[1], Bolognai mártás, Kölyökmakaróni[1], Violife sajt szórat tejm.	Reszelttészta leves* [1,3,9], Zöldborsó főzelék tejfehérjementesen[1], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]	Gombaleves[1,3,9], Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs	Lebbencsleves[1], Mexikói bab*, Burgonyás kenyér[1]	Birsalmakrémleves tejfehérjementesen[1], Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]
		Energia: 711.60 Kcal / 2,974.49 Kj	Energia: 585.43 Kcal / 2,447.10 Kj	Energia: 746.48 Kcal / 3,120.29 Kj	Energia: 719.96 Kcal / 3,009.43 Kj	Energia: 588.46 Kcal / 2,459.76 Kj
		Fehérje: 25.49 g; Zsír: 27.45 g; T.Zsírsav: 9.85 g	Fehérje: 35.44 g; Zsír: 21.73 g; T.Zsírsav: 4.29 g	Fehérje: 27.30 g; Zsír: 22.27 g; T.Zsírsav: 4.04 g	Fehérje: 29.25 g; Zsír: 29.10 g; T.Zsírsav: 8.02 g	Fehérje: 22.98 g; Zsír: 15.51 g; T.Zsírsav: 3.28 g
		Szénhidrát: 89.73 g; Cukor: 2.37 g; Só: 3.74 g	Szénhidrát: 61.10 g; Cukor: 6.89 g; Só: 3.27 g	Szénhidrát: 104.72 g; Cukor: 11.66 g; Só: 3.64 g	Szénhidrát: 84.28 g; Cukor: 6.94 g; Só: 2.99 g	Szénhidrát: 86.21 g; Cukor: 13.31 g; Só: 2.93 g
		1	1,3,9,(13)	1,3,9	1	1,10

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00031) Tejmentes Pápay	**Uzsonna**	Alma			Banán			Körte			Keksz, Gullón Maria[6]			Alma		
		Energia: 13.92 Kcal / 58.19 Kj			Energia: 87.44 Kcal / 365.50 Kj			Energia: 52.99 Kcal / 221.50 Kj			Energia: 136.75 Kcal / 571.62 Kj			Energia: 13.92 Kcal / 58.19 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		0.16 g	0.16 g	0.00 g	1.08 g	0.08 g	0.00 g	0.40 g	0.30 g	0.00 g	3.25 g	2.25 g	0.65 g	0.16 g	0.16 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.80 g	0.00 g	0.00 g	20.16 g	0.00 g	0.05 g	12.00 g	0.00 g	0.01 g	25.75 g	6.10 g	0.30 g	2.80 g	0.00 g	0.00 g
											6					
	Vacsora	Rakott burgonya füstölt kolbásszal[3,(6,10)], Csemege uborka[10]			Hortobágyi húsos palacsinta tejfehérjementes[1,3]			Zöldségbundás szelet [1,3,9], Burgonyapüré[7]			Tejben rizs tejfehérjementesen szórattal					
		Energia: 258.78 Kcal / 1,081.70 Kj			Energia: 326.86 Kcal / 1,366.27 Kj			Energia: 542.44 Kcal / 2,267.40 Kj			Energia: 363.55 Kcal / 1,519.64 Kj			Energia: Kcal / 0.00 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.37 g	22.70 g	6.92 g	17.65 g	10.92 g	2.62 g	34.60 g	12.09 g	2.43 g	3.87 g	3.34 g	0.66 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		41.89 g	0.00 g	4.20 g	38.05 g	0.22 g	0.87 g	72.67 g	1.32 g	2.35 g	76.67 g	28.69 g	0.54 g	g	g	g
		3,10,(6)			1,3			1,3,7,9						1		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00167) Tejmentes, bölcsi	**Reggeli**	Tejeskávé rizstejjel[1], Mester Pizzás csiga	Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Sárgarépa, friss	Kakaó rizsitallal, Allergénmentes kalács	Margarin, Retek, Cukrozatlan mandulatej, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Lilahagyma, Magyaros margarinkrém
		Energia: 350.89 Kcal / 1,466.72 Kj	Energia: 229.05 Kcal / 957.43 Kj	Energia: 244.92 Kcal / 1,023.77 Kj	Energia: 188.96 Kcal / 789.85 Kj	Energia: 203.56 Kcal / 850.88 Kj
		Fehérje: 7.25 g; Zsír: 16.09 g; T.Zsírsav: 12.15 g; Szénhidrát: 38.48 g; Cukor: 6.30 g; Só: 2.23 g	Fehérje: 8.27 g; Zsír: 8.43 g; T.Zsírsav: 2.78 g; Szénhidrát: 30.96 g; Cukor: 5.10 g; Só: 1.46 g	Fehérje: 4.49 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.78 g; Szénhidrát: 42.77 g; Cukor: 14.98 g; Só: 0.44 g	Fehérje: 5.68 g; Zsír: 4.48 g; T.Zsírsav: 1.14 g; Szénhidrát: 30.90 g; Cukor: 0.08 g; Só: 1.12 g	Fehérje: 4.86 g; Zsír: 6.37 g; T.Zsírsav: 0.20 g; Szénhidrát: 30.73 g; Cukor: 5.02 g; Só: 0.84 g
		1	1		1	1
	Tízórai	Alma	Banán	Körte	Sárgarépa, friss, Keksz, Gullón Maria[6]	Szilva
		Energia: 13.92 Kcal / 58.19 Kj	Energia: 43.72 Kcal / 182.75 Kj	Energia: 52.99 Kcal / 221.50 Kj	Energia: 54.70 Kcal / 228.65 Kj	Energia: 3.13 Kcal / 13.08 Kj
		Fehérje: 0.16 g; Zsír: 0.16 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 2.80 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.00 g	Fehérje: 0.54 g; Zsír: 0.04 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 10.08 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.03 g	Fehérje: 0.40 g; Zsír: 0.30 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 12.00 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.01 g	Fehérje: 1.54 g; Zsír: 0.94 g; T.Zsírsav: 0.27 g; Szénhidrát: 11.92 g; Cukor: 2.44 g; Só: 0.18 g	Fehérje: 0.05 g; Zsír: 0.00 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 0.67 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.00 g
					6	
	Ebéd	Rakott burg virslivel [3,6,7,(1,9,10)], Csemege uborka[10]	Zöldborsó főzelék tejfehérjementesen[1], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]	Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs	Lebbencsleves[1], Tejben rizs tejfehérjementesen szórattal	Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]
		Energia: 205.02 Kcal / 856.98 Kj	Energia: 435.00 Kcal / 1,818.30 Kj	Energia: 375.82 Kcal / 1,570.93 Kj	Energia: 464.57 Kcal / 1,941.90 Kj	Energia: 321.03 Kcal / 1,341.91 Kj
		Fehérje: 11.00 g; Zsír: 17.90 g; T.Zsírsav: 5.88 g; Szénhidrát: 32.32 g; Cukor: 0.99 g; Só: 2.76 g	Fehérje: 25.04 g; Zsír: 14.27 g; T.Zsírsav: 2.63 g; Szénhidrát: 50.89 g; Cukor: 6.41 g; Só: 2.30 g	Fehérje: 15.45 g; Zsír: 11.94 g; T.Zsírsav: 2.37 g; Szénhidrát: 49.45 g; Cukor: 7.84 g; Só: 1.73 g	Fehérje: 5.97 g; Zsír: 6.85 g; T.Zsírsav: 1.06 g; Szénhidrát: 91.62 g; Cukor: 28.87 g; Só: 1.55 g	Fehérje: 14.54 g; Zsír: 9.96 g; T.Zsírsav: 2.12 g; Szénhidrát: 41.67 g; Cukor: 0.05 g; Só: 2.26 g
		3,6,7,10,(1),(9)	1,(13)		1	10
	Uzsonna	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika	Limonádé, Violife natúr növényi sajt, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka	Gyümölcstea, Tonhalkrém tejfehérjementesen [3,4,10,(6)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Sós perec[1], Alma
		Energia: 177.06 Kcal / 740.11 Kj	Energia: 249.65 Kcal / 1,043.54 Kj	Energia: 253.12 Kcal / 1,058.04 Kj	Energia: 189.21 Kcal / 790.90 Kj	Energia: 190.92 Kcal / 798.05 Kj
		Fehérje: 5.70 g; Zsír: 3.57 g; T.Zsírsav: 1.30 g; Szénhidrát: 29.97 g; Cukor: 5.07 g; Só: 0.87 g	Fehérje: 5.13 g; Zsír: 6.69 g; T.Zsírsav: 5.84 g; Szénhidrát: 42.29 g; Cukor: 5.57 g; Só: 1.54 g	Fehérje: 9.74 g; Zsír: 4.97 g; T.Zsírsav: 1.42 g; Szénhidrát: 38.50 g; Cukor: 5.19 g; Só: 1.49 g	Fehérje: 9.52 g; Zsír: 3.06 g; T.Zsírsav: 0.35 g; Szénhidrát: 29.75 g; Cukor: 5.31 g; Só: 1.08 g	Fehérje: 4.16 g; Zsír: 3.96 g; T.Zsírsav: 1.90 g; Szénhidrát: 32.80 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.85 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
	Uzsonna	1,(6)	1	1,6	1,3,4,10,(6)	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00200) Laktózmentes bölcsi	Reggeli	Tejeskávé laktózmentes tejjel[1], Mester Pizzás csiga	Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Sárgarépa, friss	Kakaó laktózmentes tejjel, Allergénmentes kalács	Margarin, Retek, Riska laktózmentes tej, 1,5%-os, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Kőrözött laktózmentesen, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Lilahagyma
		Energia: 423.80 Kcal / 1,771.48 Kj	Energia: 229.05 Kcal / 957.43 Kj	Energia: 272.03 Kcal / 1,137.09 Kj	Energia: 230.37 Kcal / 962.95 Kj	Energia: 194.93 Kcal / 814.81 Kj
		Fehérje: 11.00 g; Zsír: 18.64 g; T.Zsírsav: 15.00 g; Szénhidrát: 48.08 g; Cukor: 15.90 g; Só: 2.20 g	Fehérje: 8.27 g; Zsír: 8.43 g; T.Zsírsav: 2.78 g; Szénhidrát: 30.96 g; Cukor: 5.10 g; Só: 1.46 g	Fehérje: 10.49 g; Zsír: 9.00 g; T.Zsírsav: 5.58 g; Szénhidrát: 35.67 g; Cukor: 20.28 g; Só: 0.52 g	Fehérje: 8.18 g; Zsír: 6.18 g; T.Zsírsav: 3.04 g; Szénhidrát: 35.50 g; Cukor: 4.68 g; Só: 1.10 g	Fehérje: 7.87 g; Zsír: 3.46 g; T.Zsírsav: 1.91 g; Szénhidrát: 31.74 g; Cukor: 5.57 g; Só: 0.72 g
		1	1		1	1
	Tízórai	Alma	Banán	Körte	Sárgarépa, friss, Keksz, Gullón Maria[6]	Szilva
		Energia: 13.92 Kcal / 58.19 Kj	Energia: 43.72 Kcal / 182.75 Kj	Energia: 52.99 Kcal / 221.50 Kj	Energia: 54.70 Kcal / 228.65 Kj	Energia: 3.13 Kcal / 13.08 Kj
		Fehérje: 0.16 g; Zsír: 0.16 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 2.80 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.00 g	Fehérje: 0.54 g; Zsír: 0.04 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 10.08 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.03 g	Fehérje: 0.40 g; Zsír: 0.30 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 12.00 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.01 g	Fehérje: 1.54 g; Zsír: 0.94 g; T.Zsírsav: 0.27 g; Szénhidrát: 11.92 g; Cukor: 2.44 g; Só: 0.18 g	Fehérje: 0.05 g; Zsír: 0.00 g; T.Zsírsav: 0.00 g; Szénhidrát: 0.67 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.00 g
					6	
	Ebéd	Rakott burg virslivel [3,6,7,(1,9,10)], Csemege uborka[10]	Zöldborsó főzelék laktózmentesen[1], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]	Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs	Lebbencsleves[1], Tejben rizs szóratta laktózmentesen[7]	Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]
		Energia: 205.02 Kcal / 856.98 Kj	Energia: 438.26 Kcal / 1,831.93 Kj	Energia: 375.82 Kcal / 1,570.93 Kj	Energia: 440.94 Kcal / 1,843.13 Kj	Energia: 321.03 Kcal / 1,341.91 Kj
		Fehérje: 11.00 g; Zsír: 17.90 g; T.Zsírsav: 5.88 g; Szénhidrát: 32.32 g; Cukor: 0.99 g; Só: 2.76 g	Fehérje: 26.24 g; Zsír: 14.99 g; T.Zsírsav: 3.39 g; Szénhidrát: 48.93 g; Cukor: 6.93 g; Só: 2.31 g	Fehérje: 15.45 g; Zsír: 11.94 g; T.Zsírsav: 2.37 g; Szénhidrát: 49.45 g; Cukor: 7.84 g; Só: 1.73 g	Fehérje: 14.55 g; Zsír: 8.15 g; T.Zsírsav: 3.40 g; Szénhidrát: 74.20 g; Cukor: 20.29 g; Só: 1.61 g	Fehérje: 14.54 g; Zsír: 9.96 g; T.Zsírsav: 2.12 g; Szénhidrát: 41.67 g; Cukor: 0.05 g; Só: 2.26 g
		3,6,7,10,(1),(9)	1,(13)		1,7	10
	Uzsonna	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika	Limonádé, Mizo laktózmentes trappista sajt, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka	Gyümölcstea, Tonhalkrém laktózmentesen[3,4,10,(6)], Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Sós perec[1], Alma
		Energia: 177.06 Kcal / 740.11 Kj	Energia: 227.88 Kcal / 952.54 Kj	Energia: 253.12 Kcal / 1,058.04 Kj	Energia: 190.72 Kcal / 797.21 Kj	Energia: 190.92 Kcal / 798.05 Kj
		Fehérje: 5.70 g; Zsír: 3.57 g; T.Zsírsav: 1.30 g; Szénhidrát: 29.97 g; Cukor: 5.07 g; Só: 0.87 g	Fehérje: 11.08 g; Zsír: 4.09 g; T.Zsírsav: 2.45 g; Szénhidrát: 36.43 g; Cukor: 5.03 g; Só: 1.05 g	Fehérje: 9.74 g; Zsír: 4.97 g; T.Zsírsav: 1.42 g; Szénhidrát: 38.50 g; Cukor: 5.19 g; Só: 1.49 g	Fehérje: 8.22 g; Zsír: 3.82 g; T.Zsírsav: 1.17 g; Szénhidrát: 29.73 g; Cukor: 5.47 g; Só: 1.02 g	Fehérje: 4.16 g; Zsír: 3.96 g; T.Zsírsav: 1.90 g; Szénhidrát: 32.80 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.85 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
	Uzsonna	1,(6)	1	1,6	1,3,4,10,(6)	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00202) Gluténmentes bölcsi	Reggeli	Kakaó[7], Mester Pizzás csiga	Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Sárgarépa, friss, Mester gluténmentes pékáru	Kakaó[7], Allergénmentes kalács	Tej 2,8%-os[7], Margarin, Retek, Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcstea, Kőrözött [7], Lilahagyma, Mester gluténmentes pékáru
		Energia: 442.96 Kcal / 1,851.57 Kj	Energia: 103.55 Kcal / 432.84 Kj	Energia: 198.95 Kcal / 831.61 Kj	Energia: 82.84 Kcal / 346.27 Kj	Energia: 70.29 Kcal / 293.81 Kj
		Fehérje 13.85 g; Zsír 17.83 g; T.Zsírsav 14.25 g; Szénhidrát 51.23 g; Cukor 18.68 g; Só 2.20 g	Fehérje 8.02 g; Zsír 9.97 g; T.Zsírsav 2.86 g; Szénhidrát 45.26 g; Cukor 7.50 g; Só 1.66 g	Fehérje 8.38 g; Zsír 5.12 g; T.Zsírsav 2.74 g; Szénhidrát 29.21 g; Cukor 14.56 g; Só 0.41 g	Fehérje 7.20 g; Zsír 8.14 g; T.Zsírsav 3.18 g; Szénhidrát 43.02 g; Cukor 7.08 g; Só 1.15 g	Fehérje 7.64 g; Zsír 5.00 g; T.Zsírsav 1.63 g; Szénhidrát 46.31 g; Cukor 7.57 g; Só 0.91 g
		7		7	7	7
	Tízórai	Alma	Banán	Körte	Sárgarépa, friss, Keksz, Gullón Maria[6]	Szilva
		Energia: 13.92 Kcal / 58.19 Kj	Energia: 43.72 Kcal / 182.75 Kj	Energia: 52.99 Kcal / 221.50 Kj	Energia: 54.70 Kcal / 228.65 Kj	Energia: 3.13 Kcal / 13.08 Kj
		Fehérje 0.16 g; Zsír 0.16 g; T.Zsírsav 0.00 g; Szénhidrát 2.80 g; Cukor 0.00 g; Só 0.00 g	Fehérje 0.54 g; Zsír 0.04 g; T.Zsírsav 0.00 g; Szénhidrát 10.08 g; Cukor 0.00 g; Só 0.03 g	Fehérje 0.40 g; Zsír 0.30 g; T.Zsírsav 0.00 g; Szénhidrát 12.00 g; Cukor 0.00 g; Só 0.01 g	Fehérje 1.54 g; Zsír 0.94 g; T.Zsírsav 0.27 g; Szénhidrát 11.92 g; Cukor 2.44 g; Só 0.18 g	Fehérje 0.05 g; Zsír 0.00 g; T.Zsírsav 0.00 g; Szénhidrát 0.67 g; Cukor 0.00 g; Só 0.00 g
					6	
	Ebéd	Rakott burg virslivel [3,6,7,(1,9,10)], Csemege uborka[10]	Zöldborsó főzelék gluténmentesen[7], Sertéspörkölt, Mester gluténmentes pékáru	Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs	Lebbencsleves gluténmentes tésztával, Tejben rizs[7]	Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]
		Energia: 205.02 Kcal / 856.98 Kj	Energia: 372.45 Kcal / 1,556.84 Kj	Energia: 375.82 Kcal / 1,570.93 Kj	Energia: 572.14 Kcal / 2,391.55 Kj	Energia: 321.03 Kcal / 1,341.91 Kj
		Fehérje 11.00 g; Zsír 17.90 g; T.Zsírsav 5.88 g; Szénhidrát 32.32 g; Cukor 0.99 g; Só 2.76 g	Fehérje 26.00 g; Zsír 15.20 g; T.Zsírsav 3.03 g; Szénhidrát 56.12 g; Cukor 8.16 g; Só 2.25 g	Fehérje 15.45 g; Zsír 11.94 g; T.Zsírsav 2.37 g; Szénhidrát 49.45 g; Cukor 7.84 g; Só 1.73 g	Fehérje 16.14 g; Zsír 11.13 g; T.Zsírsav 3.84 g; Szénhidrát 99.56 g; Cukor 36.00 g; Só 2.07 g	Fehérje 14.54 g; Zsír 9.96 g; T.Zsírsav 2.12 g; Szénhidrát 41.67 g; Cukor 0.05 g; Só 2.26 g
		3,6,7,10,(1),(9)	7		7	10
	Uzsonna	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Zöldpaprika, Mester gluténmentes pékáru	Limonádé, Kockasajt[7], Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Uborka, Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcstea, Tonhalkrém[3,4,7,10,(6)], Mester gluténmentes pékáru	Alma, Gluténmentes sós perec
		Energia: 51.56 Kcal / 215.52 Kj	Energia: 53.46 Kcal / 223.46 Kj	Energia: 74.62 Kcal / 311.91 Kj	Energia: 65.05 Kcal / 271.91 Kj	Energia: 246.58 Kcal / 1,030.70 Kj
		Fehérje 5.45 g; Zsír 5.11 g; T.Zsírsav 1.38 g; Szénhidrát 44.27 g; Cukor 7.47 g; Só 1.07 g	Fehérje 5.70 g; Zsír 4.80 g; T.Zsírsav 1.87 g; Szénhidrát 44.72 g; Cukor 8.28 g; Só 1.25 g	Fehérje 7.84 g; Zsír 6.41 g; T.Zsírsav 1.50 g; Szénhidrát 44.30 g; Cukor 7.59 g; Só 1.54 g	Fehérje 7.96 g; Zsír 5.37 g; T.Zsírsav 1.07 g; Szénhidrát 44.00 g; Cukor 7.83 g; Só 1.22 g	Fehérje 5.31 g; Zsír 105.81 g; T.Zsírsav 0.00 g; Szénhidrát 29.95 g; Cukor 0.00 g; Só 0.00 g
		(6)	7	6	3,4,7,10,(6)	

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00037) Tojásmentes Pápay	**Tízórai**	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika			Limonádé, Kockasajt[7], Kifli			Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka			Gyümölcstea, Tonhalkrém tejfehérje és tojásmentesen[4,(6)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]			Tej 1,5%-os[7], Sós perec[1]		
		Energia: 363.42 Kcal / 1,519.10 Kj			Energia: 235.46 Kcal / 984.22 Kj			Energia: 283.29 Kcal / 1,184.15 Kj			Energia: 337.80 Kcal / 1,412.00 Kj			Energia: 292.43 Kcal / 1,222.36 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		11.71 g	8.42 g	3.15 g	7.89 g	5.26 g	3.18 g	11.10 g	5.37 g	1.55 g	12.03 g	5.27 g	1.26 g	12.25 g	7.55 g	4.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		59.42 g	10.16 g	1.83 g	39.34 g	9.84 g	0.70 g	43.75 g	10.24 g	1.68 g	58.35 g	10.17 g	1.82 g	42.00 g	12.00 g	1.10 g
		1,(6)			7			1,6			1,4,(6)			1,7		
	Ebéd	Brokkoli krémleves [1,3,7], Bolognai mártás, Kölyökmakaróni[1], Sajt szórat[7]			Reszelttészta leves, civita kiskockával[9], Zöldborsó főzelék[1,7], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]			Gombaleves[1,3,9], Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs			Lebbencsleves durumtésztával, Mexikói bab*, Burgonyás kenyér [1]			Birsalmakrémleves[1,7], Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]		
		Energia: 765.23 Kcal / 3,198.66 Kj			Energia: 581.38 Kcal / 2,430.17 Kj			Energia: 746.48 Kcal / 3,120.29 Kj			Energia: 702.64 Kcal / 2,937.04 Kj			Energia: 635.76 Kcal / 2,657.48 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		31.95 g	32.79 g	11.95 g	35.76 g	21.58 g	4.49 g	27.30 g	22.27 g	4.04 g	28.05 g	27.44 g	6.82 g	23.50 g	19.16 g	5.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		84.65 g	3.91 g	3.54 g	60.05 g	6.29 g	3.68 g	104.72 g	11.66 g	3.64 g	85.06 g	7.28 g	2.85 g	89.49 g	15.34 g	2.95 g
		1,3,7			1,7,9,(13)			1,3,9			1			1,7,10		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00038) Laktóz-, tojásmentes Pápay	**Tízórai**	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika	Limonádé, Mizo laktózmentes trappista sajt, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka	Gyümölcstea, Tonhalkrém tejfehérje és tojásmentesen[4,(6)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Sós perec[1], Riska laktózmentes tej, 1,5%-os
		Energia: 363.42 Kcal / 1,519.10 Kj	Energia: 270.51 Kcal / 1,130.73 Kj	Energia: 283.29 Kcal / 1,184.15 Kj	Energia: 337.80 Kcal / 1,412.00 Kj	Energia: 317.00 Kcal / 1,325.06 Kj
		Fehérje: 11.71 g; Zsír: 8.42 g; T.Zsírsav: 3.15 g	Fehérje: 14.08 g; Zsír: 5.95 g; T.Zsírsav: 3.61 g	Fehérje: 11.10 g; Zsír: 5.37 g; T.Zsírsav: 1.55 g	Fehérje: 12.03 g; Zsír: 5.27 g; T.Zsírsav: 1.26 g	Fehérje: 11.50 g; Zsír: 10.80 g; T.Zsírsav: 6.90 g
		Szénhidrát: 59.42 g; Cukor: 10.16 g; Só: 1.83 g	Szénhidrát: 39.86 g; Cukor: 8.14 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 43.75 g; Cukor: 10.24 g; Só: 1.68 g	Szénhidrát: 58.35 g; Cukor: 10.17 g; Só: 1.82 g	Szénhidrát: 41.50 g; Cukor: 11.50 g; Só: 1.18 g
		1,(6)	1	1,6	1,4,(6)	1
	Ebéd	Brokkoli krémleves laktóz és gluténmentesen[7], Bolognai mártás, Kölyökmakaróni[1], Laktózmentes sajt szórat	Reszelttészta leves, civita kiskockával[9], Zöldborsó főzelék laktózmentesen[1], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]	Gombaleves[1,3,9], Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs	Lebbencsleves durumtésztával, Mexikói bab*, Burgonyás kenyér [1]	Birsalmakrémleves laktózmentesen[1], Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]
		Energia: 679.24 Kcal / 2,839.22 Kj	Energia: 588.36 Kcal / 2,459.34 Kj	Energia: 746.48 Kcal / 3,120.29 Kj	Energia: 702.64 Kcal / 2,937.04 Kj	Energia: 620.22 Kcal / 2,592.52 Kj
		Fehérje: 31.09 g; Zsír: 25.45 g; T.Zsírsav: 8.34 g	Fehérje: 36.05 g; Zsír: 22.62 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 27.30 g; Zsír: 22.27 g; T.Zsírsav: 4.04 g	Fehérje: 28.05 g; Zsír: 27.44 g; T.Zsírsav: 6.82 g	Fehérje: 23.37 g; Zsír: 18.72 g; T.Zsírsav: 5.65 g
		Szénhidrát: 80.55 g; Cukor: 1.03 g; Só: 3.47 g	Szénhidrát: 59.20 g; Cukor: 7.28 g; Só: 3.79 g	Szénhidrát: 104.72 g; Cukor: 11.66 g; Só: 3.64 g	Szénhidrát: 85.06 g; Cukor: 7.28 g; Só: 2.85 g	Szénhidrát: 86.75 g; Cukor: 13.85 g; Só: 2.92 g
		1,7	1,9,(13)	1,3,9	1	1,10

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00151) Tejfehérjementes diéta, Mv	**Tízórai**	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika			Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Sárgarépa, friss			Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka			Tonhalkrém tejfehérjementesen [3,4,10,(6)], Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér[1]			Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Lilahagyma, Magyaros margarinkrém		
		Energia: 358.13 Kcal / 1,496.98 Kj			Energia: 397.06 Kcal / 1,659.71 Kj			Energia: 283.40 Kcal / 1,184.61 Kj			Energia: 353.12 Kcal / 1,476.04 Kj			Energia: 349.52 Kcal / 1,460.99 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		11.49 g	7.88 g	2.93 g	14.03 g	11.02 g	3.64 g	11.10 g	5.37 g	1.55 g	16.03 g	4.80 g	0.61 g	9.22 g	7.17 g	0.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		59.39 g	10.15 g	1.79 g	60.10 g	10.11 g	2.38 g	43.77 g	10.24 g	1.68 g	59.10 g	10.45 g	1.94 g	59.82 g	10.03 g	1.54 g
		1,(6)			1			1,6			1,3,4,10,(6)			1		
	Ebéd	Brokkoli krémleves tejfehérjementesen[1], Bolognai mártás, Kölyökmakaróni[1], Violife sajt szórat tejm.			Zöldborsó főzelék tejfehérjementesen[1], Reszelttészta leves* [1,3,9], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]			Gombaleves[1,3,9], Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs			Lebbencsleves[1], Mexikói bab*, Burgonyás kenyér[1]			Birsalmakrémleves tejfehérjementesen[1], Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]		
		Energia: 608.43 Kcal / 2,543.24 Kj			Energia: 1,076.66 Kcal / 4,500.44 Kj			Energia: 558.92 Kcal / 2,336.29 Kj			Energia: 579.62 Kcal / 2,422.81 Kj			Energia: 477.33 Kcal / 1,995.24 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		21.99 g	26.68 g	9.78 g	48.96 g	21.48 g	4.12 g	21.45 g	18.20 g	3.31 g	23.57 g	25.44 g	6.94 g	17.83 g	12.09 g	2.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		69.29 g	2.06 g	3.71 g	171.46 g	7.40 g	7.54 g	74.17 g	9.76 g	3.21 g	63.28 g	4.92 g	1.66 g	71.82 g	13.31 g	2.69 g
		1			1,3,9,(13)			1,3,9			1			1,10		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00161) Laktózmentes diéta	**Tízórai**	Tejeskávé laktózmentes tejjel[1], Mester Pizzás csiga	Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Sárgarépa, friss	Kakaó laktózmentes tejjel, Allergénmentes kalács	Margarin, Retek, Riska laktózmentes tej, 1,5%-os, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Kőrözött laktózmentesen, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Lilahagyma
		Energia: 423.80 Kcal / 1,771.48 Kj	Energia: 237.18 Kcal / 991.41 Kj	Energia: 272.03 Kcal / 1,137.09 Kj	Energia: 286.37 Kcal / 1,197.03 Kj	Energia: 210.53 Kcal / 880.02 Kj
		Fehérje: 11.00 g; Zsír: 18.64 g; T.Zsírsav: 15.00 g; Szénhidrát: 48.08 g; Cukor: 15.90 g; Só: 2.20 g	Fehérje: 8.27 g; Zsír: 8.43 g; T.Zsírsav: 2.78 g; Szénhidrát: 32.99 g; Cukor: 7.10 g; Só: 1.46 g	Fehérje: 10.49 g; Zsír: 9.00 g; T.Zsírsav: 5.58 g; Szénhidrát: 35.67 g; Cukor: 20.28 g; Só: 0.52 g	Fehérje: 11.18 g; Zsír: 8.98 g; T.Zsírsav: 5.04 g; Szénhidrát: 40.10 g; Cukor: 9.28 g; Só: 1.23 g	Fehérje: 8.43 g; Zsír: 3.90 g; T.Zsírsav: 2.19 g; Szénhidrát: 34.07 g; Cukor: 7.66 g; Só: 0.72 g
		1	1		1	1
	Ebéd	Brokkoli krémleves laktózmentesen[1], Bolognai mártás, Kölyökmakaróni[1], Laktózmentes sajt szórat	Reszelttészta leves* [1,3,9], Zöldborsó főzelék laktózmentesen[1], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]	Gombaleves[1,3,9], Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs	Lebbencsleves[1], Mexikói bab*, Burgonyás kenyér[1]	Birsalmakrémleves laktózmentesen[1], Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]
		Energia: 580.62 Kcal / 2,426.99 Kj	Energia: 1,079.92 Kcal / 4,514.07 Kj	Energia: 558.92 Kcal / 2,336.29 Kj	Energia: 579.62 Kcal / 2,422.81 Kj	Energia: 509.09 Kcal / 2,128.00 Kj
		Fehérje: 27.81 g; Zsír: 25.00 g; T.Zsírsav: 8.48 g; Szénhidrát: 60.22 g; Cukor: 1.62 g; Só: 3.45 g	Fehérje: 50.16 g; Zsír: 22.20 g; T.Zsírsav: 4.88 g; Szénhidrát: 169.50 g; Cukor: 7.92 g; Só: 7.55 g	Fehérje: 21.45 g; Zsír: 18.20 g; T.Zsírsav: 3.31 g; Szénhidrát: 74.17 g; Cukor: 9.76 g; Só: 3.21 g	Fehérje: 23.57 g; Zsír: 25.44 g; T.Zsírsav: 6.94 g; Szénhidrát: 63.28 g; Cukor: 4.92 g; Só: 1.66 g	Fehérje: 18.22 g; Zsír: 15.30 g; T.Zsírsav: 4.90 g; Szénhidrát: 72.36 g; Cukor: 13.85 g; Só: 2.68 g
		1	1,3,9,(13)	1,3,9	1	1,10
	Uzsonna	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika	Limonádé, Mizo laktózmentes trappista sajt, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka	Gyümölcstea, Tonhalkrém laktózmentesen[3,4,10,(6)], Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Sós perec[1], Alma
		Energia: 220.30 Kcal / 920.85 Kj	Energia: 262.96 Kcal / 1,099.17 Kj	Energia: 261.25 Kcal / 1,092.03 Kj	Energia: 206.28 Kcal / 862.25 Kj	Energia: 190.92 Kcal / 798.05 Kj
		Fehérje: 7.13 g; Zsír: 7.08 g; T.Zsírsav: 2.73 g; Szénhidrát: 32.33 g; Cukor: 7.14 g; Só: 1.09 g	Fehérje: 14.08 g; Zsír: 5.95 g; T.Zsírsav: 3.61 g; Szénhidrát: 37.99 g; Cukor: 6.33 g; Só: 1.15 g	Fehérje: 9.74 g; Zsír: 4.97 g; T.Zsírsav: 1.42 g; Szénhidrát: 40.53 g; Cukor: 7.19 g; Só: 1.49 g	Fehérje: 8.86 g; Zsír: 4.33 g; T.Zsírsav: 1.33 g; Szénhidrát: 31.87 g; Cukor: 7.55 g; Só: 1.07 g	Fehérje: 4.16 g; Zsír: 3.96 g; T.Zsírsav: 1.90 g; Szénhidrát: 32.80 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.85 g
		1,(6)	1	1,6	1,3,4,10,(6)	1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00451) Tejfehérjementes	**Tízórai**	Tejeskávé rizstejjel[1], Mester Pizzás csiga	Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Sárgarépa, friss	Kakaó rizsitallal, Allergénmentes kalács	Margarin, Retek, Cukrozatlan mandulatej, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Lilahagyma, Magyaros margarinkrém
		Energia: 350.89 Kcal / 1,466.72 Kj	Energia: 237.18 Kcal / 991.41 Kj	Energia: 244.92 Kcal / 1,023.77 Kj	Energia: 203.56 Kcal / 850.88 Kj	Energia: 211.69 Kcal / 884.86 Kj
		Fehérje: 7.25 g; Zsír: 16.09 g; T.Zsírsav: 12.15 g; Szénhidrát: 38.48 g; Cukor: 6.30 g; Só: 2.23 g	Fehérje: 8.27 g; Zsír: 8.43 g; T.Zsírsav: 2.78 g; Szénhidrát: 32.99 g; Cukor: 7.10 g; Só: 1.46 g	Fehérje: 4.49 g; Zsír: 5.40 g; T.Zsírsav: 1.78 g; Szénhidrát: 42.77 g; Cukor: 14.98 g; Só: 0.44 g	Fehérje: 6.18 g; Zsír: 5.58 g; T.Zsírsav: 1.24 g; Szénhidrát: 30.90 g; Cukor: 0.08 g; Só: 1.27 g	Fehérje: 4.86 g; Zsír: 6.37 g; T.Zsírsav: 0.20 g; Szénhidrát: 32.76 g; Cukor: 7.02 g; Só: 0.84 g
		1	1		1	1
	Ebéd	Brokkoli krémleves tejfehérjementesen[1], Bolognai mártás, Kölyökmakaróni[1], Violife sajt szórat tejm.	Reszelttészta leves* [1,3,9], Zöldborsó főzelék tejfehérjementesen[1], Sertéspörkölt, Kukoricás kenyér[1,(13)]	Gombaleves[1,3,9], Kínai édes savanyú ragu, Párolt rizs	Lebbencsleves[1], Mexikói bab*, Burgonyás kenyér[1]	Birsalmakrémleves tejfehérjementesen[1], Bácskai rizseshús, Csemege uborka[10]
		Energia: 608.43 Kcal / 2,543.24 Kj	Energia: 1,076.66 Kcal / 4,500.44 Kj	Energia: 558.92 Kcal / 2,336.29 Kj	Energia: 579.62 Kcal / 2,422.81 Kj	Energia: 477.33 Kcal / 1,995.24 Kj
		Fehérje: 21.99 g; Zsír: 26.68 g; T.Zsírsav: 9.78 g; Szénhidrát: 69.29 g; Cukor: 2.06 g; Só: 3.71 g	Fehérje: 48.96 g; Zsír: 21.48 g; T.Zsírsav: 4.12 g; Szénhidrát: 171.46 g; Cukor: 7.40 g; Só: 7.54 g	Fehérje: 21.45 g; Zsír: 18.20 g; T.Zsírsav: 3.31 g; Szénhidrát: 74.17 g; Cukor: 9.76 g; Só: 3.21 g	Fehérje: 23.57 g; Zsír: 25.44 g; T.Zsírsav: 6.94 g; Szénhidrát: 63.28 g; Cukor: 4.92 g; Só: 1.66 g	Fehérje: 17.83 g; Zsír: 12.09 g; T.Zsírsav: 2.53 g; Szénhidrát: 71.82 g; Cukor: 13.31 g; Só: 2.69 g
		1	1,3,9,(13)	1,3,9	1	1,10
	Uzsonna	Gyümölcstea, Kenőmájas (6), Teljes kiőrlésű kenyér [1], Zöldpaprika	Limonádé, Violife natúr növényi sajt, Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Gépsonka [6], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Uborka	Gyümölcstea, Tonhalkrém tejfehérjementesen [3,4,10,(6)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Alma, Sós perec[1]
		Energia: 220.30 Kcal / 920.85 Kj	Energia: 262.69 Kcal / 1,098.04 Kj	Energia: 261.25 Kcal / 1,092.03 Kj	Energia: 204.52 Kcal / 854.89 Kj	Energia: 190.92 Kcal / 798.05 Kj
		Fehérje: 7.13 g; Zsír: 7.08 g; T.Zsírsav: 2.73 g; Szénhidrát: 32.33 g; Cukor: 7.14 g; Só: 1.09 g	Fehérje: 5.20 g; Zsír: 8.22 g; T.Zsírsav: 5.41 g; Szénhidrát: 42.24 g; Cukor: 6.82 g; Só: 1.50 g	Fehérje: 9.74 g; Zsír: 4.97 g; T.Zsírsav: 1.42 g; Szénhidrát: 40.53 g; Cukor: 7.19 g; Só: 1.49 g	Fehérje: 10.38 g; Zsír: 3.44 g; T.Zsírsav: 0.38 g; Szénhidrát: 31.89 g; Cukor: 7.36 g; Só: 1.14 g	Fehérje: 4.16 g; Zsír: 3.96 g; T.Zsírsav: 1.90 g; Szénhidrát: 32.80 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.85 g
		1,(6)	1	1,6	1,3,4,10,(6)	1

Jó étvágyat kívánunk!
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.