Heti étlap 2026.10.26. - 2026.10.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00010) Tej-,toj- és ol.mag ment.	Tízórai	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Csemege karaj, Zöldpaprika
		Energia: 313.99 Kcal / 1,312.48 Kj	Energia: 188.15 Kcal / 786.47 Kj	Energia: 328.92 Kcal / 1,374.89 Kj	Energia: 281.65 Kcal / 1,177.30 Kj	Energia: 197.98 Kcal / 827.56 Kj
		Fehérje: 9.27 g; Zsír: 18.82 g; T.Zsírsav: 5.85 g	Fehérje: 8.19 g; Zsír: 12.11 g; T.Zsírsav: 3.23 g	Fehérje: 9.77 g; Zsír: 12.17 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 12.59 g; Zsír: 12.79 g; T.Zsírsav: 2.27 g	Fehérje: 10.93 g; Zsír: 8.06 g; T.Zsírsav: 1.73 g
		Szénhidrát: 26.66 g; Cukor: 7.00 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 27.58 g; Cukor: 7.46 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 43.49 g; Cukor: 23.22 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 28.87 g; Cukor: 7.11 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 20.51 g; Cukor: 0.39 g; Só: 0.86 g
		1	1	1	1	1
	Ebéd	Zöldséges bableves GM [9], Parajos csirkés penne TM[1]	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves [1], Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 726.04 Kcal / 3,034.85 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 448.77 Kcal / 1,875.86 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 794.11 Kcal / 3,319.38 Kj
		Fehérje: 45.37 g; Zsír: 11.95 g; T.Zsírsav: 1.43 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 27.59 g; Zsír: 21.51 g; T.Zsírsav: 4.02 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 32.57 g; Zsír: 45.75 g; T.Zsírsav: 12.73 g
		Szénhidrát: 108.23 g; Cukor: 4.04 g; Só: 3.65 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 48.39 g; Cukor: 3.31 g; Só: 1.90 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 64.63 g; Cukor: 2.72 g; Só: 4.57 g
		1,9	1	(12)		
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Teljes kiőrlésű buci[1], Mustáros zellerkrém[9,10,(12)]	Vaníliás rizstejbedara GM,TM	Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Tonhalpástétom, Lilahagyma[4]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 198.40 Kcal / 829.31 Kj	Energia: 239.01 Kcal / 999.06 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje: 4.25 g; Zsír: 6.61 g; T.Zsírsav: 1.13 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 5.89 g; Zsír: 8.03 g; T.Zsírsav: 1.25 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 2.68 g; T.Zsírsav: 0.33 g	Fehérje: 13.27 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 2.93 g
		Szénhidrát: 20.82 g; Cukor: 0.45 g; Só: 0.41 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 25.51 g; Cukor: 0.40 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 50.32 g; Cukor: 24.98 g; Só: 0.03 g	Szénhidrát: 22.01 g; Cukor: 0.90 g; Só: 0.95 g
		1	1,9,10,(12)	1,4		

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00016) Tejmentes, fruktózszegény	Tízórai	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Csemege karaj, Zöldpaprika
		Energia: 290.69 Kcal / 1,215.08 Kj	Energia: 164.85 Kcal / 689.07 Kj	Energia: 233.18 Kcal / 974.69 Kj	Energia: 258.35 Kcal / 1,079.90 Kj	Energia: 197.98 Kcal / 827.56 Kj
		Fehérje: 9.58 g; Zsír: 18.89 g; T.Zsírsav: 5.85 g	Fehérje: 8.50 g; Zsír: 12.18 g; T.Zsírsav: 3.23 g	Fehérje: 8.80 g; Zsír: 11.88 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 12.90 g; Zsír: 12.86 g; T.Zsírsav: 2.27 g	Fehérje: 10.93 g; Zsír: 8.06 g; T.Zsírsav: 1.73 g
		Szénhidrát: 20.44 g; Cukor: 0.77 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 21.36 g; Cukor: 1.23 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 22.77 g; Cukor: 2.18 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 22.65 g; Cukor: 0.88 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 20.51 g; Cukor: 0.39 g; Só: 0.86 g
		1	1	1	1	1
	Ebéd	Parajos csirkés penne TM[1], Zöldséges bableves GM[9]	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs	Zöldséges tarhonyaleves [1], Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Zöldségkrémleves GM, TM*(12), Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles
		Energia: 726.04 Kcal / 3,034.85 Kj	Energia: 577.82 Kcal / 2,415.29 Kj	Energia: 448.77 Kcal / 1,875.86 Kj	Energia: 646.97 Kcal / 2,704.33 Kj	Energia: 794.11 Kcal / 3,319.38 Kj
		Fehérje: 45.37 g; Zsír: 11.95 g; T.Zsírsav: 1.43 g	Fehérje: 30.96 g; Zsír: 20.40 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 27.59 g; Zsír: 21.51 g; T.Zsírsav: 4.02 g	Fehérje: 37.57 g; Zsír: 25.68 g; T.Zsírsav: 3.85 g	Fehérje: 32.57 g; Zsír: 45.75 g; T.Zsírsav: 12.73 g
		Szénhidrát: 108.23 g; Cukor: 4.04 g; Só: 3.65 g	Szénhidrát: 71.72 g; Cukor: 4.76 g; Só: 3.61 g	Szénhidrát: 48.39 g; Cukor: 3.31 g; Só: 1.90 g	Szénhidrát: 66.84 g; Cukor: 3.23 g; Só: 3.79 g	Szénhidrát: 64.63 g; Cukor: 2.72 g; Só: 4.57 g
		1,9	1	(12)	(12)	
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Teljes kiőrlésű kifli (TM) [1], Liga margarin , Kígyóuborka, Füstölt főtt tarja	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Teljes kiőrlésű buci[1]	Teljes kiőrlésű kifli (TM) [1], Sörretek, Gépsonka, Liga margarin	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 216.67 Kcal / 905.68 Kj	Energia: 198.40 Kcal / 829.31 Kj	Energia: 205.22 Kcal / 857.82 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje: 4.25 g; Zsír: 6.61 g; T.Zsírsav: 1.13 g	Fehérje: 9.07 g; Zsír: 11.15 g; T.Zsírsav: 2.70 g	Fehérje: 5.89 g; Zsír: 8.03 g; T.Zsírsav: 1.25 g	Fehérje: 11.38 g; Zsír: 8.78 g; T.Zsírsav: 1.90 g	Fehérje: 13.27 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 2.93 g
		Szénhidrát: 20.82 g; Cukor: 0.45 g; Só: 0.41 g	Szénhidrát: 20.03 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.77 g	Szénhidrát: 25.51 g; Cukor: 0.40 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 20.34 g; Cukor: 0.21 g; Só: 0.80 g	Szénhidrát: 22.01 g; Cukor: 0.90 g; Só: 0.95 g
		1	1	1,9,10,(12)	1	1,4

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00017) Tej, szója, ol.mag mentes	Tízórai	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Csemege karaj, Zöldpaprika
		Energia: 313.99 Kcal / 1,312.48 Kj	Energia: 188.15 Kcal / 786.47 Kj	Energia: 328.92 Kcal / 1,374.89 Kj	Energia: 281.65 Kcal / 1,177.30 Kj	Energia: 197.98 Kcal / 827.56 Kj
		Fehérje: 9.27 g; Zsír: 18.82 g; T.Zsírsav: 5.85 g	Fehérje: 8.19 g; Zsír: 12.11 g; T.Zsírsav: 3.23 g	Fehérje: 9.77 g; Zsír: 12.17 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 12.59 g; Zsír: 12.79 g; T.Zsírsav: 2.27 g	Fehérje: 10.93 g; Zsír: 8.06 g; T.Zsírsav: 1.73 g
		Szénhidrát: 26.66 g; Cukor: 7.00 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 27.58 g; Cukor: 7.46 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 43.49 g; Cukor: 23.22 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 28.87 g; Cukor: 7.11 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 20.51 g; Cukor: 0.39 g; Só: 0.86 g
		1	1	1	1	1
	Ebéd	Tárkonyos zöldségleves GM*(12), Parajos csirkés penne TM[1]	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves [1], Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye borsóm.(12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 609.38 Kcal / 2,547.21 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 448.77 Kcal / 1,875.86 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 802.37 Kcal / 3,353.91 Kj
		Fehérje: 35.04 g; Zsír: 16.80 g; T.Zsírsav: 1.94 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 27.59 g; Zsír: 21.51 g; T.Zsírsav: 4.02 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 31.54 g; Zsír: 48.74 g; T.Zsírsav: 13.84 g
		Szénhidrát: 78.67 g; Cukor: 2.94 g; Só: 3.05 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 48.39 g; Cukor: 3.31 g; Só: 1.90 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 61.03 g; Cukor: 1.58 g; Só: 4.62 g
		1,(12)	1	(12)		
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Teljes kiőrlésű buci[1]	Vaníliás rizstejbedara GM,TM	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 198.40 Kcal / 829.31 Kj	Energia: 239.01 Kcal / 999.06 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje: 4.25 g; Zsír: 6.61 g; T.Zsírsav: 1.13 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 5.89 g; Zsír: 8.03 g; T.Zsírsav: 1.25 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 2.68 g; T.Zsírsav: 0.33 g	Fehérje: 13.27 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 2.93 g
		Szénhidrát: 20.82 g; Cukor: 0.45 g; Só: 0.41 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 25.51 g; Cukor: 0.40 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 50.32 g; Cukor: 24.98 g; Só: 0.03 g	Szénhidrát: 22.01 g; Cukor: 0.90 g; Só: 0.95 g
		1	1,9,10,(12)	1,4		

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00020) Gluténmentes	Tízórai	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Edami sajt[7], Zöldpaprika
		Energia: 291.16 Kcal / 1,217.05 Kj	Energia: 159.17 Kcal / 665.33 Kj	Energia: 299.94 Kcal / 1,253.75 Kj	Energia: 252.67 Kcal / 1,056.16 Kj	Energia: 236.70 Kcal / 989.41 Kj
		Fehérje: 7.11 g; Zsír: 19.21 g; T.Zsírsav: 5.92 g	Fehérje: 5.46 g; Zsír: 12.37 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 7.04 g; Zsír: 12.43 g; T.Zsírsav: 3.31 g	Fehérje: 9.86 g; Zsír: 13.05 g; T.Zsírsav: 2.31 g	Fehérje: 9.76 g; Zsír: 14.95 g; T.Zsírsav: 6.28 g
		Szénhidrát: 20.81 g; Cukor: 7.90 g; Só: 0.37 g	Szénhidrát: 21.06 g; Cukor: 8.10 g; Só: 1.05 g	Szénhidrát: 36.97 g; Cukor: 24.12 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 22.35 g; Cukor: 8.01 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 14.32 g; Cukor: 1.65 g; Só: 1.31 g
						7
	Ebéd	Zöldséges bableves GM [9], Parajos csirkés penne GM, TM	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Gluténmentes kenyér , Zöldséges tarhonyaleves GM	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM[7,(12)], Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 822.26 Kcal / 3,437.05 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 543.60 Kcal / 2,272.25 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 795.20 Kcal / 3,323.94 Kj
		Fehérje: 38.92 g; Zsír: 13.00 g; T.Zsírsav: 1.55 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 28.79 g; Zsír: 22.73 g; T.Zsírsav: 4.17 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 33.42 g; Zsír: 44.38 g; T.Zsírsav: 15.22 g
		Szénhidrát: 134.93 g; Cukor: 9.05 g; Só: 3.69 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 65.98 g; Cukor: 4.90 g; Só: 2.35 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 64.56 g; Cukor: 3.07 g; Só: 4.59 g
		9				7,(12)
	Uzsonna	Gluténmentes kenyér , Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Gluténmentes kenyér	Vaníliás tejbedara GM[7]	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Gluténmentes kenyér
		Energia: 136.63 Kcal / 571.11 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 169.42 Kcal / 708.18 Kj	Energia: 252.51 Kcal / 1,055.49 Kj	Energia: 228.07 Kcal / 953.33 Kj
		Fehérje: 2.09 g; Zsír: 7.00 g; T.Zsírsav: 1.20 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 3.16 g; Zsír: 8.29 g; T.Zsírsav: 1.29 g	Fehérje: 9.20 g; Zsír: 3.78 g; T.Zsírsav: 1.72 g	Fehérje: 10.54 g; Zsír: 13.11 g; T.Zsírsav: 2.97 g
		Szénhidrát: 14.97 g; Cukor: 1.35 g; Só: 0.36 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 18.99 g; Cukor: 1.30 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 45.13 g; Cukor: 27.58 g; Só: 0.30 g	Szénhidrát: 15.49 g; Cukor: 1.54 g; Só: 0.85 g
				9,10,(12)	7	4

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00022) Glutén- és tejmentes	Tízórai	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Csemege karaj, Zöldpaprika
		Energia: 291.16 Kcal / 1,217.05 Kj	Energia: 159.17 Kcal / 665.33 Kj	Energia: 299.94 Kcal / 1,253.75 Kj	Energia: 252.67 Kcal / 1,056.16 Kj	Energia: 169.00 Kcal / 706.42 Kj
		Fehérje: 7.11 g; Zsír: 19.21 g; T.Zsírsav: 5.92 g	Fehérje: 5.46 g; Zsír: 12.37 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 7.04 g; Zsír: 12.43 g; T.Zsírsav: 3.31 g	Fehérje: 9.86 g; Zsír: 13.05 g; T.Zsírsav: 2.31 g	Fehérje: 8.20 g; Zsír: 8.32 g; T.Zsírsav: 1.77 g
		Szénhidrát: 20.81 g; Cukor: 7.90 g; Só: 0.37 g	Szénhidrát: 21.06 g; Cukor: 8.10 g; Só: 1.05 g	Szénhidrát: 36.97 g; Cukor: 24.12 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 22.35 g; Cukor: 8.01 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 13.99 g; Cukor: 1.29 g; Só: 0.76 g
	Ebéd	Zöldséges bableves GM [9], Parajos csirkés penne GM, TM	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves GM, Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Gluténmentes kenyér	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 822.26 Kcal / 3,437.05 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 543.60 Kcal / 2,272.25 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 794.11 Kcal / 3,319.38 Kj
		Fehérje: 38.92 g; Zsír: 13.00 g; T.Zsírsav: 1.55 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 28.79 g; Zsír: 22.73 g; T.Zsírsav: 4.17 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 32.57 g; Zsír: 45.75 g; T.Zsírsav: 12.73 g
		Szénhidrát: 134.93 g; Cukor: 9.05 g; Só: 3.69 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 65.98 g; Cukor: 4.90 g; Só: 2.35 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 64.63 g; Cukor: 2.72 g; Só: 4.57 g
		9				(12)
	Uzsonna	Gluténmentes kenyér , Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Gluténmentes kenyér	Vaníliás rizstejbedara GM,TM	Gluténmentes kenyér , Tonhalpástétom, Lilahagyma[4]
		Energia: 136.63 Kcal / 571.11 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 169.42 Kcal / 708.18 Kj	Energia: 239.01 Kcal / 999.06 Kj	Energia: 228.07 Kcal / 953.33 Kj
		Fehérje: 2.09 g; Zsír: 7.00 g; T.Zsírsav: 1.20 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 3.16 g; Zsír: 8.29 g; T.Zsírsav: 1.29 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 2.68 g; T.Zsírsav: 0.33 g	Fehérje: 10.54 g; Zsír: 13.11 g; T.Zsírsav: 2.97 g
		Szénhidrát: 14.97 g; Cukor: 1.35 g; Só: 0.36 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 18.99 g; Cukor: 1.30 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 50.32 g; Cukor: 24.98 g; Só: 0.03 g	Szénhidrát: 15.49 g; Cukor: 1.54 g; Só: 0.85 g
				9,10,(12)		4

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00041) Hozzáadott cukormentes	Tízórai	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea CM[15], Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea CM[15], Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Edami sajt[7], Zöldpaprika
		Energia: 290.69 Kcal / 1,215.08 Kj	Energia: 160.04 Kcal / 668.97 Kj	Energia: 328.92 Kcal / 1,374.89 Kj	Energia: 253.54 Kcal / 1,059.80 Kj	Energia: 265.68 Kcal / 1,110.54 Kj
		Fehérje 9.58 g; Zsír 18.89 g; T.Zsírsav 5.85 g; Szénhidrát 20.44 g; Cukor 0.77 g; Só 0.42 g	Fehérje 8.19 g; Zsír 12.11 g; T.Zsírsav 3.23 g; Szénhidrát 20.59 g; Cukor 0.47 g; Só 1.15 g	Fehérje 9.77 g; Zsír 12.17 g; T.Zsírsav 3.27 g; Szénhidrát 43.49 g; Cukor 23.22 g; Só 1.13 g	Fehérje 12.59 g; Zsír 12.79 g; T.Zsírsav 2.27 g; Szénhidrát 21.88 g; Cukor 0.12 g; Só 2.51 g	Fehérje 12.49 g; Zsír 14.69 g; T.Zsírsav 6.24 g; Szénhidrát 20.84 g; Cukor 0.75 g; Só 1.41 g
		1	1,15	1	1,15	1,7
	Ebéd	Parajos csirkés penne TM[1], Zöldséges bableves GM[9]	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves [1], Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Zöldségkrémleves GM, TM*(12), Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 726.04 Kcal / 3,034.85 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 448.77 Kcal / 1,875.86 Kj	Energia: 646.97 Kcal / 2,704.33 Kj	Energia: 794.11 Kcal / 3,319.38 Kj
		Fehérje 45.37 g; Zsír 11.95 g; T.Zsírsav 1.43 g; Szénhidrát 108.23 g; Cukor 4.04 g; Só 3.65 g	Fehérje 31.68 g; Zsír 21.12 g; T.Zsírsav 5.03 g; Szénhidrát 84.32 g; Cukor 15.47 g; Só 3.63 g	Fehérje 27.59 g; Zsír 21.51 g; T.Zsírsav 4.02 g; Szénhidrát 48.39 g; Cukor 3.31 g; Só 1.90 g	Fehérje 37.57 g; Zsír 25.68 g; T.Zsírsav 3.85 g; Szénhidrát 66.84 g; Cukor 3.23 g; Só 3.79 g	Fehérje 32.57 g; Zsír 45.75 g; T.Zsírsav 12.73 g; Szénhidrát 64.63 g; Cukor 2.72 g; Só 4.57 g
		1,9	1	(12)	(12)	
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Teljes kiőrlésű buci[1]	Teljes kiőrlésű kifli (TM) [1], Liga margarin , Sörretek, Gépsonka	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 198.40 Kcal / 829.31 Kj	Energia: 205.22 Kcal / 857.82 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje 4.25 g; Zsír 6.61 g; T.Zsírsav 1.13 g; Szénhidrát 20.82 g; Cukor 0.45 g; Só 0.41 g	Fehérje 0.57 g; Zsír 0.23 g; T.Zsírsav 0.00 g; Szénhidrát 8.24 g; Cukor 2.98 g; Só 0.01 g	Fehérje 5.89 g; Zsír 8.03 g; T.Zsírsav 1.25 g; Szénhidrát 25.51 g; Cukor 0.40 g; Só 1.00 g	Fehérje 11.38 g; Zsír 8.78 g; T.Zsírsav 1.90 g; Szénhidrát 20.34 g; Cukor 0.21 g; Só 0.80 g	Fehérje 13.27 g; Zsír 12.85 g; T.Zsírsav 2.93 g; Szénhidrát 22.01 g; Cukor 0.90 g; Só 0.95 g
		1	1,9,10,(12)	1	1,4	

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00046) Tej,toj,olajmag,szój	Tízórai	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Csemege karaj, Zöldpaprika
		Energia: 313.99 Kcal / 1,312.48 Kj	Energia: 188.15 Kcal / 786.47 Kj	Energia: 328.92 Kcal / 1,374.89 Kj	Energia: 281.65 Kcal / 1,177.30 Kj	Energia: 197.98 Kcal / 827.56 Kj
		Fehérje: 9.27 g; Zsír: 18.82 g; T.Zsírsav: 5.85 g	Fehérje: 8.19 g; Zsír: 12.11 g; T.Zsírsav: 3.23 g	Fehérje: 9.77 g; Zsír: 12.17 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 12.59 g; Zsír: 12.79 g; T.Zsírsav: 2.27 g	Fehérje: 10.93 g; Zsír: 8.06 g; T.Zsírsav: 1.73 g
		Szénhidrát: 26.66 g; Cukor: 7.00 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 27.58 g; Cukor: 7.46 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 43.49 g; Cukor: 23.22 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 28.87 g; Cukor: 7.11 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 20.51 g; Cukor: 0.39 g; Só: 0.86 g
		1	1	1	1	1
	Ebéd	Parajos csirkés penne TM[1], Tárkonyos zöldségleves GM*(12)	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves [1], Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye borsóm.(12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 609.38 Kcal / 2,547.21 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 448.77 Kcal / 1,875.86 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 802.37 Kcal / 3,353.91 Kj
		Fehérje: 35.04 g; Zsír: 16.80 g; T.Zsírsav: 1.94 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 27.59 g; Zsír: 21.51 g; T.Zsírsav: 4.02 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 31.54 g; Zsír: 48.74 g; T.Zsírsav: 13.84 g
		Szénhidrát: 78.67 g; Cukor: 2.94 g; Só: 3.05 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 48.39 g; Cukor: 3.31 g; Só: 1.90 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 61.03 g; Cukor: 1.58 g; Só: 4.62 g
		1,(12)	1	(12)		
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Teljes kiőrlésű buci[1]	Vaníliás rizstejbedara GM,TM	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 198.40 Kcal / 829.31 Kj	Energia: 239.01 Kcal / 999.06 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje: 4.25 g; Zsír: 6.61 g; T.Zsírsav: 1.13 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 5.89 g; Zsír: 8.03 g; T.Zsírsav: 1.25 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 2.68 g; T.Zsírsav: 0.33 g	Fehérje: 13.27 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 2.93 g
		Szénhidrát: 20.82 g; Cukor: 0.45 g; Só: 0.41 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 25.51 g; Cukor: 0.40 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 50.32 g; Cukor: 24.98 g; Só: 0.03 g	Szénhidrát: 22.01 g; Cukor: 0.90 g; Só: 0.95 g
		1	1,9,10,(12)	1,4		

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00053) Olajos mag mentes	Tízórai	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Edami sajt[7], Zöldpaprika
		Energia: 313.99 Kcal / 1,312.48 Kj	Energia: 188.15 Kcal / 786.47 Kj	Energia: 328.92 Kcal / 1,374.89 Kj	Energia: 281.65 Kcal / 1,177.30 Kj	Energia: 265.68 Kcal / 1,110.54 Kj
		Fehérje: 9.27 g; Zsír: 18.82 g; T.Zsírsav: 5.85 g	Fehérje: 8.19 g; Zsír: 12.11 g; T.Zsírsav: 3.23 g	Fehérje: 9.77 g; Zsír: 12.17 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 12.59 g; Zsír: 12.79 g; T.Zsírsav: 2.27 g	Fehérje: 12.49 g; Zsír: 14.69 g; T.Zsírsav: 6.24 g
		Szénhidrát: 26.66 g; Cukor: 7.00 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 27.58 g; Cukor: 7.46 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 43.49 g; Cukor: 23.22 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 28.87 g; Cukor: 7.11 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 20.84 g; Cukor: 0.75 g; Só: 1.41 g
		1	1	1	1	1,7
	Ebéd	Zöldséges bableves GM [9], Parajos csirkés penne TM[1]	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves [1], Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 726.04 Kcal / 3,034.85 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 448.77 Kcal / 1,875.86 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 794.11 Kcal / 3,319.38 Kj
		Fehérje: 45.37 g; Zsír: 11.95 g; T.Zsírsav: 1.43 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 27.59 g; Zsír: 21.51 g; T.Zsírsav: 4.02 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 32.57 g; Zsír: 45.75 g; T.Zsírsav: 12.73 g
		Szénhidrát: 108.23 g; Cukor: 4.04 g; Só: 3.65 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 48.39 g; Cukor: 3.31 g; Só: 1.90 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 64.63 g; Cukor: 2.72 g; Só: 4.57 g
		1,9	1	(12)		
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Teljes kiőrlésű buci[1]	Vaníliás tejbedara GM[7]	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 198.40 Kcal / 829.31 Kj	Energia: 252.51 Kcal / 1,055.49 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje: 4.25 g; Zsír: 6.61 g; T.Zsírsav: 1.13 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 5.89 g; Zsír: 8.03 g; T.Zsírsav: 1.25 g	Fehérje: 9.20 g; Zsír: 3.78 g; T.Zsírsav: 1.72 g	Fehérje: 13.27 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 2.93 g
		Szénhidrát: 20.82 g; Cukor: 0.45 g; Só: 0.41 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 25.51 g; Cukor: 0.40 g; Só: 1.00 g	Szénhidrát: 45.13 g; Cukor: 27.58 g; Só: 0.30 g	Szénhidrát: 22.01 g; Cukor: 0.90 g; Só: 0.95 g
		1	1,9,10,(12)	7	1,4	

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00146) Diab T:20, E:40, U:20	Tízórai	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Citromos tea CM, Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Edami sajt[7], Zöldpaprika
		Energia: 290.69 Kcal / 1,215.08 Kj	Energia: 164.85 Kcal / 689.07 Kj	Energia: 233.18 Kcal / 974.69 Kj	Energia: 258.35 Kcal / 1,079.90 Kj	Energia: 265.68 Kcal / 1,110.54 Kj
		Fehérje: 9.58 g; Zsír: 18.89 g; T.Zsírsav: 5.85 g	Fehérje: 8.50 g; Zsír: 12.18 g; T.Zsírsav: 3.23 g	Fehérje: 8.80 g; Zsír: 11.88 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 12.90 g; Zsír: 12.86 g; T.Zsírsav: 2.27 g	Fehérje: 12.49 g; Zsír: 14.69 g; T.Zsírsav: 6.24 g
		Szénhidrát: 20.44 g; Cukor: 0.77 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 21.36 g; Cukor: 1.23 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 22.77 g; Cukor: 2.18 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 22.65 g; Cukor: 0.88 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 20.84 g; Cukor: 0.75 g; Só: 1.41 g
		1	1	1	1	1,7
	Ebéd	Tárkonyos zöldségleves GM*(12), Parajos csirkés penne 40 CH[1]	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs 40 CH	Zöldséges tarhonyaleves [1], Sült füstölt sertéscomb, Kelkáposztafőzelék 40 CH* [1], Tk. kenyér (40)[1]	Zöldségkrémleves GM, TM*(12), Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya 40 CH,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles 40 CH
		Energia: 372.48 Kcal / 1,556.97 Kj	Energia: 417.90 Kcal / 1,746.82 Kj	Energia: 434.74 Kcal / 1,817.21 Kj	Energia: 520.49 Kcal / 2,175.65 Kj	Energia: 663.92 Kcal / 2,775.19 Kj
		Fehérje: 18.99 g; Zsír: 13.26 g; T.Zsírsav: 1.52 g	Fehérje: 27.59 g; Zsír: 16.74 g; T.Zsírsav: 4.59 g	Fehérje: 25.91 g; Zsír: 17.66 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 34.52 g; Zsír: 24.10 g; T.Zsírsav: 3.66 g	Fehérje: 29.49 g; Zsír: 42.57 g; T.Zsírsav: 12.19 g
		Szénhidrát: 43.75 g; Cukor: 2.18 g; Só: 2.18 g	Szénhidrát: 43.54 g; Cukor: 3.23 g; Só: 2.17 g	Szénhidrát: 42.18 g; Cukor: 2.23 g; Só: 1.51 g	Szénhidrát: 42.44 g; Cukor: 2.25 g; Só: 4.68 g	Szénhidrát: 42.45 g; Cukor: 2.72 g; Só: 4.16 g
		1,(12)	1	(12)	(12)	
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Teljes kiőrlésű kifli (TM) [1], Liga margarin , Kígyóuborka, Füstölt főtt tarja	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Teljes kiőrlésű buci[1]	Teljes kiőrlésű kifli (TM) [1], Sörretek, Gépsonka, Liga margarin	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 216.67 Kcal / 905.68 Kj	Energia: 188.32 Kcal / 787.18 Kj	Energia: 205.22 Kcal / 857.82 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje: 4.25 g; Zsír: 6.61 g; T.Zsírsav: 1.13 g	Fehérje: 9.07 g; Zsír: 11.15 g; T.Zsírsav: 2.70 g	Fehérje: 5.46 g; Zsír: 7.97 g; T.Zsírsav: 1.24 g	Fehérje: 11.38 g; Zsír: 8.78 g; T.Zsírsav: 1.90 g	Fehérje: 13.27 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 2.93 g
		Szénhidrát: 20.82 g; Cukor: 0.45 g; Só: 0.41 g	Szénhidrát: 20.03 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.77 g	Szénhidrát: 23.57 g; Cukor: 0.40 g; Só: 0.96 g	Szénhidrát: 20.34 g; Cukor: 0.21 g; Só: 0.80 g	Szénhidrát: 22.01 g; Cukor: 0.90 g; Só: 0.95 g
		1	1	1,9,10,(12)	1	1,4

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetsűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00199) GM, tej, tojás	Tízórai	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Gluténmentes kenyér , Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Ásványvíz, Gluténmentes kenyér , Liga margarin , Csemege karaj, Zöldpaprika
		Energia: 291.16 Kcal / 1,217.05 Kj	Energia: 159.17 Kcal / 665.33 Kj	Energia: 299.94 Kcal / 1,253.75 Kj	Energia: 252.67 Kcal / 1,056.16 Kj	Energia: 169.00 Kcal / 706.42 Kj
		Fehérje: 7.11 g; Zsír: 19.21 g; T.Zsírsav: 5.92 g	Fehérje: 5.46 g; Zsír: 12.37 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 7.04 g; Zsír: 12.43 g; T.Zsírsav: 3.31 g	Fehérje: 9.86 g; Zsír: 13.05 g; T.Zsírsav: 2.31 g	Fehérje: 8.20 g; Zsír: 8.32 g; T.Zsírsav: 1.77 g
		Szénhidrát: 20.81 g; Cukor: 7.90 g; Só: 0.37 g	Szénhidrát: 21.06 g; Cukor: 8.10 g; Só: 1.05 g	Szénhidrát: 36.97 g; Cukor: 24.12 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 22.35 g; Cukor: 8.01 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 13.99 g; Cukor: 1.29 g; Só: 0.76 g
	Ebéd	Zöldséges bableves GM [9], Parajos csirkés penne GM, TM	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves GM, Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Gluténmentes kenyér	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Cukkinileves GM, TM *, Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles,
		Energia: 822.26 Kcal / 3,437.05 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 543.60 Kcal / 2,272.25 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 794.11 Kcal / 3,319.38 Kj
		Fehérje: 38.92 g; Zsír: 13.00 g; T.Zsírsav: 1.55 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 28.79 g; Zsír: 22.73 g; T.Zsírsav: 4.17 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 32.57 g; Zsír: 45.75 g; T.Zsírsav: 12.73 g
		Szénhidrát: 134.93 g; Cukor: 9.05 g; Só: 3.69 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 65.98 g; Cukor: 4.90 g; Só: 2.35 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 64.63 g; Cukor: 2.72 g; Só: 4.57 g
		9				(12)
	Uzsonna	Gluténmentes kenyér , Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Mustáros zellerkrém [9,10,(12)], Gluténmentes kenyér	Vaníliás rizstejbedara GM,TM	Tonhalpástétom, Lilahagyma[4], Gluténmentes kenyér
		Energia: 136.63 Kcal / 571.11 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 169.42 Kcal / 708.18 Kj	Energia: 239.01 Kcal / 999.06 Kj	Energia: 228.07 Kcal / 953.33 Kj
		Fehérje: 2.09 g; Zsír: 7.00 g; T.Zsírsav: 1.20 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 3.16 g; Zsír: 8.29 g; T.Zsírsav: 1.29 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 2.68 g; T.Zsírsav: 0.33 g	Fehérje: 10.54 g; Zsír: 13.11 g; T.Zsírsav: 2.97 g
		Szénhidrát: 14.97 g; Cukor: 1.35 g; Só: 0.36 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 18.99 g; Cukor: 1.30 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 50.32 g; Cukor: 24.98 g; Só: 0.03 g	Szénhidrát: 15.49 g; Cukor: 1.54 g; Só: 0.85 g
				9,10,(12)		4

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(26189) Tej, zeller, olmag	Tízórai	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér [1], Liga margarin , Paprikás diákcsemege, Kígyóuborka	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Liga margarin , Párizsi, Sörretek	Narancslé (100 %-os), Teljes kiőrlésű panini[1], Liga margarin , Bécsi felvágott (TM), Pritamin paprika	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű buci[1], Májpástétom (házi), Kígyóuborka	Csemege karaj, Liga margarin , Teljes kiőrlésű panini[1], Zöldpaprika, Ásványvíz
		Energia: 313.99 Kcal / 1,312.48 Kj	Energia: 188.15 Kcal / 786.47 Kj	Energia: 328.92 Kcal / 1,374.89 Kj	Energia: 281.65 Kcal / 1,177.30 Kj	Energia: 197.98 Kcal / 827.56 Kj
		Fehérje: 9.27 g; Zsír: 18.82 g; T.Zsírsav: 5.85 g	Fehérje: 8.19 g; Zsír: 12.11 g; T.Zsírsav: 3.23 g	Fehérje: 9.77 g; Zsír: 12.17 g; T.Zsírsav: 3.27 g	Fehérje: 12.59 g; Zsír: 12.79 g; T.Zsírsav: 2.27 g	Fehérje: 10.93 g; Zsír: 8.06 g; T.Zsírsav: 1.73 g
		Szénhidrát: 26.66 g; Cukor: 7.00 g; Só: 0.42 g	Szénhidrát: 27.58 g; Cukor: 7.46 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 43.49 g; Cukor: 23.22 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 28.87 g; Cukor: 7.11 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 20.51 g; Cukor: 0.39 g; Só: 0.86 g
		1	1	1	1	1
	Ebéd	Zöldséges bableves GM, zellerm, Parajos csirkés penne TM[1]	Fokhagyma krémleves GM TM*, Hentes tokány GM, Kukoricás rizs, Alma	Zöldséges tarhonyaleves [1], Kelkáposztafőzelék GM* , Sült füstölt sertéscomb, Teljes kiőrlésű kenyér [1]	Körteleves GM TM*, Olasz, tepsis csirkecomb, Tört burgonya ,	Budapest aprópecsenye (12), Zöldfűszeres köles, , Cukkinileves GM[7,(12)]
		Energia: 723.26 Kcal / 3,023.23 Kj	Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 Kj	Energia: 543.39 Kcal / 2,271.37 Kj	Energia: 746.80 Kcal / 3,121.62 Kj	Energia: 795.20 Kcal / 3,323.94 Kj
		Fehérje: 45.24 g; Zsír: 11.92 g; T.Zsírsav: 1.43 g	Fehérje: 31.68 g; Zsír: 21.12 g; T.Zsírsav: 5.03 g	Fehérje: 31.29 g; Zsír: 22.00 g; T.Zsírsav: 4.05 g	Fehérje: 35.95 g; Zsír: 26.12 g; T.Zsírsav: 3.92 g	Fehérje: 33.42 g; Zsír: 44.38 g; T.Zsírsav: 15.22 g
		Szénhidrát: 107.78 g; Cukor: 3.93 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 84.32 g; Cukor: 15.47 g; Só: 3.63 g	Szénhidrát: 67.13 g; Cukor: 3.31 g; Só: 2.29 g	Szénhidrát: 90.37 g; Cukor: 23.02 g; Só: 2.52 g	Szénhidrát: 64.56 g; Cukor: 3.07 g; Só: 4.59 g
		1	1			7,(12)
	Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér [1], Magyaros margarinkrém, Zöldpaprika	Barackos gyümölcssaláta	Teljes kiőrlésű buci[1], Liga margarin , Kígyóuborka, Gépsonka	Vaníliás rizstejbedara GM,TM	Teljes kiőrlésű zsemle (TM)[1], Tonhalpástétom, Lilahagyma[4]
		Energia: 159.46 Kcal / 666.54 Kj	Energia: 39.28 Kcal / 164.19 Kj	Energia: 204.52 Kcal / 854.89 Kj	Energia: 239.01 Kcal / 999.06 Kj	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 Kj
		Fehérje: 4.25 g; Zsír: 6.61 g; T.Zsírsav: 1.13 g	Fehérje: 0.57 g; Zsír: 0.23 g; T.Zsírsav: 0.00 g	Fehérje: 11.35 g; Zsír: 8.78 g; T.Zsírsav: 1.88 g	Fehérje: 3.12 g; Zsír: 2.68 g; T.Zsírsav: 0.33 g	Fehérje: 13.27 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 2.93 g
		Szénhidrát: 20.82 g; Cukor: 0.45 g; Só: 0.41 g	Szénhidrát: 8.24 g; Cukor: 2.98 g; Só: 0.01 g	Szénhidrát: 20.06 g; Cukor: 0.01 g; Só: 0.80 g	Szénhidrát: 50.32 g; Cukor: 24.98 g; Só: 0.03 g	Szénhidrát: 22.01 g; Cukor: 0.90 g; Só: 0.95 g
		1	1			1,4

1: Glutén, 2: Rák, 3: Tojás, 4: Hal, 5: Földimogyoró, 6: Szója, 7: Tejtermék, laktóz, 8: Diófélék, 9: Zeller, 10: Mustár, 11: Szezám, 12: Kén-dioxid, szulfit, 13: Csillagfürt, 14: Puhatetűek, 15: Mesterséges édesítőszer, 16: Édesgyökér