

24. hét	Kórház NORMÁL A	Kórház NORMÁL B	Kórház diabetes	Kórház tejmentes	Kórház gluténmentes	Kórház vegetáriánus
2019.06.10 Hétfő	Tej ⁽⁷⁾ , Gyümölcs tea, Olasz felvágott, Zsemle ⁽¹⁾ , Margarin energia: 635kcal, zsír: 18,9g, tel.zsír: 7,6g, fehérje: 21,8g, szénhidrát: 85,6g, só: 3,6g	Tej ⁽⁷⁾ , Gyümölcs tea, Olasz felvágott, Zsemle ⁽¹⁾ , Margarin energia: 635kcal, zsír: 18,9g, tel.zsír: 7,6g, fehérje: 21,8g, szénhidrát: 85,6g, só: 3,6g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Zsemle ⁽¹⁾ , Olasz felvágott energia: 578kcal, zsír: 20,5g, tel.zsír: 9,1g, fehérje: 21,7g, szénhidrát: 67,8g, só: 3,6g	Minimargarin, Zsemle ⁽¹⁾ , Rizstej, Olasz felvágott energia: 404kcal, zsír: 16,5g, tel.zsír: 6,3g, fehérje: 10,9g, szénhidrát: 44,4g, só: 2,6g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Olasz felvágott energia: 379kcal, zsír: 21,8g, tel.zsír: 9,1g, fehérje: 12,6g, szénhidrát: 25,2g, só: 2,3g	Tej ⁽⁷⁾ , Miniméz, Minimargarin, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 368kcal, zsír: 11,4g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 11,6g, szénhidrát: 55,6g, só: 1,1g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g				
	Zöldségleves vega ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rakott burgonya tojásos ^(3,7) Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 550kcal, zsír: 18,8g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 18,9g, szénhidrát: 73g, só: 1,7g	Húsgombóc leves ^(1,3) Rakott burgonya ^(3,6,7) Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 752kcal, zsír: 34,4g, tel.zsír: 12,2g, fehérje: 27,6g, szénhidrát: 80,9g, só: 3,9g	Csirkeragu leves ⁽⁹⁾ Rakott burgonya ^(3,6,7) Savanyúság energia: 792kcal, zsír: 35,6g, tel.zsír: 8,7g, fehérje: 34,1g, szénhidrát: 78,3g, só: 4g	Csirkeragu leves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rakott burgonya ^(3,6) Savanyúság energia: 803kcal, zsír: 32,7g, tel.zsír: 7,1g, fehérje: 34,9g, szénhidrát: 87,1g, só: 4,1g	Csirkeragu leves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Rakott burgonya ^(3,6,7) Savanyúság energia: 827kcal, zsír: 35,9g, tel.zsír: 8,8g, fehérje: 34,6g, szénhidrát: 85,8g, só: 4,1g	Zöldségragu leves ^(7,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Rakott burgonya ^(3,6,7) Savanyúság energia: 815kcal, zsír: 32,5g, tel.zsír: 8,7g, fehérje: 31,5g, szénhidrát: 97,6g, só: 6,3g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g				
	Gyümölcs tea, Telj. kiórlésű kenyér ⁽¹⁾ , Margarin, Csemege szalámi energia: 448kcal, zsír: 14,3g, tel.zsír: 3,6g, fehérje: 14,4g, szénhidrát: 64,8g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Telj. kiórlésű kenyér ⁽¹⁾ , Margarin, Csemege szalámi energia: 448kcal, zsír: 14,3g, tel.zsír: 3,6g, fehérje: 14,4g, szénhidrát: 64,8g, só: 1,1g	Minimargarin, Telj. kiórlésű kenyér ⁽¹⁾ , Felvágott, Gyümölcs tea diab. energia: 390kcal, zsír: 14,7g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 48,1g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiórlésű kenyér ⁽¹⁾ , Felvágott energia: 461kcal, zsír: 14,7g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 66,1g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Felvágott energia: 299kcal, zsír: 15,5g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 6,6g, szénhidrát: 33,7g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Telj. kiórlésű kenyér ⁽¹⁾ , Körözött ⁽⁷⁾ energia: 370kcal, zsír: 4g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 15,8g, szénhidrát: 67,3g, só: 0,1g
2019.06.11 Kedd	Tej ⁽⁷⁾ , Méz, Margarin, Telj. kiórlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ energia: 478kcal, zsír: 10,4g, tel.zsír: 3g, fehérje: 15g, szénhidrát: 80,5g, só: 1,5g	Tej ⁽⁷⁾ , Méz, Margarin, Telj. kiórlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ energia: 478kcal, zsír: 10,4g, tel.zsír: 3g, fehérje: 15g, szénhidrát: 80,5g, só: 1,5g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiórlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Gépsonka energia: 489kcal, zsír: 14,8g, tel.zsír: 5,5g, fehérje: 24g, szénhidrát: 64,4g, só: 1,9g	Telj. kiórlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Rizstej, Minimargarin, Gépsonka energia: 452kcal, zsír: 11,1g, tel.zsír: 2,7g, fehérje: 17,9g, szénhidrát: 69,6g, só: 1,7g	Tej ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér, Minimargarin, Gépsonka energia: 308kcal, zsír: 15,9g, tel.zsír: 5,5g, fehérje: 16,1g, szénhidrát: 25,3g, só: 1,1g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiórlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Miniméz energia: 487kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 15g, szénhidrát: 80,7g, só: 1,5g

	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>
	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Csupaki sertésragu^(1,9) Bulgur⁽¹⁾ energia: 824kcal, zsír: 24,5g, tel.zsírsvav: 4,5g, fehérje: 35,8g, szénhidrát: 116g, só: 2,2g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Csirkepörkölt Galuska^(1,3) Csemege uborka⁽¹⁰⁾ energia: 788kcal, zsír: 24,1g, tel.zsírsvav: 3,7g, fehérje: 29g, szénhidrát: 118,6g, só: 2,1g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Majorannás sertés aprópecsenye Bulgur⁽¹⁾ Csemege uborka⁽¹⁰⁾ energia: 679kcal, zsír: 19,1g, tel.zsírsvav: 2,7g, fehérje: 33,3g, szénhidrát: 95,9g, só: 1,7g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves Majorannás sertés aprópecsenye Főtt burgonya Csemege uborka⁽¹⁰⁾ energia: 637kcal, zsír: 15,2g, tel.zsírsvav: 0,8g, fehérje: 27,1g, szénhidrát: 95,7g, só: 1,7g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Majorannás sertés aprópecsenye Főtt burgonya Csemege uborka⁽¹⁰⁾ energia: 741kcal, zsír: 19,5g, tel.zsírsvav: 3,1g, fehérje: 33,7g, szénhidrát: 105g, só: 2g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Főtt burgonya Vegaburger⁽⁶⁾ Csemege uborka⁽¹⁰⁾ energia: 610kcal, zsír: 10,6g, tel.zsírsvav: 3,1g, fehérje: 22,2g, szénhidrát: 104,8g, só: 2,8g</p>
	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>
	<p>Margarin, Magvas zsemle^(1,11), Kocka sajt⁽⁷⁾, Zöldség energia: 423kcal, zsír: 20,1g, tel.zsírsvav: 1,1g, fehérje: 14,4g, szénhidrát: 45,6g, só: 1,2g</p>	<p>Margarin, Magvas zsemle^(1,11), Kocka sajt⁽⁷⁾, Zöldség energia: 423kcal, zsír: 20,1g, tel.zsírsvav: 1,1g, fehérje: 14,4g, szénhidrát: 45,6g, só: 1,2g</p>	<p>Zsemle⁽¹⁾, Minimargarin, Főtt tojás⁽³⁾, Zöldség energia: 384kcal, zsír: 9,9g, tel.zsírsvav: 2,4g, fehérje: 14g, szénhidrát: 59,2g, só: 1,8g</p>	<p>Zsemle⁽¹⁾, Minimargarin, Főtt tojás⁽³⁾, Zöldség energia: 247kcal, zsír: 9,5g, tel.zsírsvav: 2,4g, fehérje: 9,3g, szénhidrát: 30,7g, só: 1g</p>	<p>Gluténmentes kenyér, Minimargarin, Főtt tojás⁽³⁾, Zöldség energia: 185kcal, zsír: 11,2g, tel.zsírsvav: 2,5g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 16,7g, só: 0,5g</p>	<p>Zsemle⁽¹⁾, Minimargarin, Főtt tojás⁽³⁾, Zöldség energia: 247kcal, zsír: 9,5g, tel.zsírsvav: 2,4g, fehérje: 9,3g, szénhidrát: 30,7g, só: 1g</p>
2019.06.12 Szerda	<p>Tejeskávé⁽⁷⁾, Vajkrém⁽⁷⁾, Kifli⁽¹⁾, Csirkesonka, Zöldség energia: 511kcal, zsír: 8,4g, tel.zsírsvav: 3,8g, fehérje: 24,1g, szénhidrát: 74,8g, só: 2,5g</p>	<p>Tejeskávé⁽⁷⁾, Vajkrém⁽⁷⁾, Kifli⁽¹⁾, Csirkesonka, Zöldség energia: 511kcal, zsír: 8,4g, tel.zsírsvav: 3,8g, fehérje: 24,1g, szénhidrát: 74,8g, só: 2,5g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Zala felvágott, Minimargarin, Telj.kiörlésű zsemle⁽¹⁾, Zöldség energia: 598kcal, zsír: 21g, tel.zsírsvav: 7,8g, fehérje: 24,1g, szénhidrát: 77,4g, só: 1,3g</p>	<p>Zala felvágott, Minimargarin, Rizstej, Zsemle⁽¹⁾, Zöldség energia: 379kcal, zsír: 15,8g, tel.zsírsvav: 4,7g, fehérje: 12,2g, szénhidrát: 46,6g, só: 1,9g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Zala felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 428kcal, zsír: 23,2g, tel.zsírsvav: 7,5g, fehérje: 14,1g, szénhidrát: 41,8g, só: 1,9g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Vajkrém⁽⁷⁾, Zsemle⁽¹⁾, Zöldség energia: 306kcal, zsír: 10g, tel.zsírsvav: 5g, fehérje: 12,3g, szénhidrát: 41,3g, só: 1g</p>
	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Soproni felvágott, Zsemle⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 216kcal, zsír: 0,8g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 46,5g, só: 0,8g</p>	<p>Soproni felvágott, Zsemle⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 216kcal, zsír: 0,8g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 46,5g, só: 0,8g</p>	<p>Soproni felvágott, Zsemle⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 216kcal, zsír: 0,8g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 46,5g, só: 0,8g</p>	<p>Soproni felvágott, Zsemle⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 216kcal, zsír: 0,8g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 46,5g, só: 0,8g</p>
	<p>Lebbencsleves^(1,9) Tökfőzelék^(1,7) Dinó alakú nuggets -</p>	<p>Lebbencsleves^(1,9) Parajmártás^(1,7) Főtt tojás⁽³⁾</p>	<p>Lebbencsleves⁽¹⁾ Sertéspörkölt⁽¹⁾ Tökfőzelék^(1,7)</p>	<p>Lebbencsleves⁽¹⁾ Sertéspörkölt⁽¹⁾ Tökfőzelék⁽¹⁾</p>	<p>Lebbencsleves Sertéspörkölt Tökfőzelék⁽⁷⁾</p>	<p>Lebbencsleves⁽¹⁾ Tökfőzelék^(1,7) Szójapörkölt⁽⁶⁾</p>

	<p>sütőben sütve^(1,3) Kenyér⁽¹⁾ energia: 557kcal, zsír: 20,6g, tel.zsírsvav: 4,1g, fehérje: 20,9g, szénhidrát: 70,1g, só: 2,2g</p>	<p>Főtt burgonya 1/2 energia: 567kcal, zsír: 22,2g, tel.zsírsvav: 4g, fehérje: 21,5g, szénhidrát: 69,2g, só: 1,4g</p>	<p>energia: 528kcal, zsír: 24,2g, tel.zsírsvav: 2,3g, fehérje: 27,4g, szénhidrát: 47,9g, só: 1,7g</p>	<p>energia: 517kcal, zsír: 23,3g, tel.zsírsvav: 1,8g, fehérje: 26,7g, szénhidrát: 47,9g, só: 1,6g</p>	<p>energia: 619kcal, zsír: 25,9g, tel.zsírsvav: 3,2g, fehérje: 31,4g, szénhidrát: 62,9g, só: 2g</p>	<p>energia: 535kcal, zsír: 19,9g, tel.zsírsvav: 3,6g, fehérje: 24,2g, szénhidrát: 63g, só: 1,6g</p>
	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>
	<p>Tej⁽⁷⁾, Telj. kiórlésű kenyér⁽¹⁾, Vaníliás-kókuszos túrókrém⁽⁷⁾ energia: 535kcal, zsír: 19g, tel.zsírsvav: 11,1g, fehérje: 23,5g, szénhidrát: 66,5g, só: 0,4g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Telj. kiórlésű kenyér⁽¹⁾, Vaníliás-kókuszos túrókrém⁽⁷⁾ energia: 535kcal, zsír: 19g, tel.zsírsvav: 11,1g, fehérje: 23,5g, szénhidrát: 66,5g, só: 0,4g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Telj. kiórlésű kenyér⁽¹⁾, Felvágott, Minimargarin energia: 505kcal, zsír: 20,3g, tel.zsírsvav: 7,5g, fehérje: 22,3g, szénhidrát: 57,8g, só: 1,4g</p>	<p>Gyümölcs tea, Telj. kiórlésű kenyér⁽¹⁾, Felvágott, Minimargarin energia: 461kcal, zsír: 14,7g, tel.zsírsvav: 4,5g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 66,1g, só: 1,2g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Gyümölcs tea, Gluténmentes kenyér, Felvágott, Minimargarin energia: 494kcal, zsír: 23,1g, tel.zsírsvav: 7,5g, fehérje: 13,7g, szénhidrát: 58,7g, só: 1,9g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Gyümölcs tea, Telj. kiórlésű kenyér⁽¹⁾, Ananászos-kókuszos túrókrém⁽⁷⁾ energia: 661kcal, zsír: 21,9g, tel.zsírsvav: 12,9g, fehérje: 26,4g, szénhidrát: 88,2g, só: 0,4g</p>
	<p>Vadmeggy tea, Párizsi (sertés), Margarin, Zsemle⁽¹⁾ energia: 465kcal, zsír: 11,9g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 75,1g, só: 2,5g</p>	<p>Vadmeggy tea, Párizsi (sertés), Margarin, Zsemle⁽¹⁾ energia: 465kcal, zsír: 11,9g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 75,1g, só: 2,5g</p>	<p>Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Párizsi (sertés), Gyümölcs tea diab. energia: 416kcal, zsír: 13,5g, tel.zsírsvav: 1,5g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 58g, só: 2,5g</p>	<p>Vadmeggy tea, Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Párizsi (sertés) energia: 347kcal, zsír: 13,1g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 9,5g, szénhidrát: 47,7g, só: 1,7g</p>	<p>Vadmeggy tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Párizsi (sertés) energia: 285kcal, zsír: 14,8g, tel.zsírsvav: 1,5g, fehérje: 5,1g, szénhidrát: 33,7g, só: 1,2g</p>	<p>Vadmeggy tea, Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Trappista sajt⁽⁷⁾ energia: 409kcal, zsír: 17,1g, tel.zsírsvav: 12,9g, fehérje: 26,4g, szénhidrát: 48,3g, só: 1,9g</p>
	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>
2019.06.13 Csütörtök	<p>Csontleves⁽⁹⁾ Levesbetét⁽¹⁾ Mexikói csirkeragu⁽¹⁾ Párolt rizs energia: 538kcal, zsír: 7,8g, tel.zsírsvav: 0,7g, fehérje: 29,1g, szénhidrát: 82,8g, só: 1,7g</p>	<p>Csontleves⁽⁹⁾ Levesbetét⁽¹⁾ Eszterházy sertésragu^(1,7,10) Tészta köret⁽¹⁾ energia: 783kcal, zsír: 33,8g, tel.zsírsvav: 2,4g, fehérje: 30,8g, szénhidrát: 82,2g, só: 1,7g</p>	<p>Csontleves⁽⁹⁾ Levesbetét⁽¹⁾ Mexikói csirkeragu⁽¹⁾ Párolt rizs energia: 605kcal, zsír: 8,8g, tel.zsírsvav: 0,8g, fehérje: 32,7g, szénhidrát: 93,2g, só: 2g</p>	<p>Csontleves⁽⁹⁾ Levesbetét⁽¹⁾ Mexikói csirkeragu⁽¹⁾ Párolt rizs energia: 605kcal, zsír: 8,8g, tel.zsírsvav: 0,8g, fehérje: 32,7g, szénhidrát: 93,2g, só: 2g</p>	<p>Csontleves⁽⁹⁾ Levesbetét GM Mexikói csirkeragu Párolt rizs energia: 613kcal, zsír: 8,8g, tel.zsírsvav: 0,8g, fehérje: 31,9g, szénhidrát: 96g, só: 2g</p>	<p>Zöldségleves vega⁽⁹⁾ Levesbetét⁽¹⁾ Rántott brokkoli^(1,3,7) Párolt rizs energia: 492kcal, zsír: 5,9g, tel.zsírsvav: 0,4g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 90,6g, só: 0,9g</p>
	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g</p>	<p>Kenőmájás, Gyümölcs energia: 206kcal, zsír: 11,5g, tel.zsírsvav: 5,1g, fehérje: 7g, szénhidrát: 18,1g, só: 1,1g</p>	<p>Kenőmájás, Gyümölcs energia: 206kcal, zsír: 11,5g, tel.zsírsvav: 5,1g, fehérje: 7g, szénhidrát: 18,1g, só: 1,1g</p>	<p>Kenőmájás, Gyümölcs energia: 206kcal, zsír: 11,5g, tel.zsírsvav: 5,1g, fehérje: 7g, szénhidrát: 18,1g, só: 1,1g</p>	<p>Kenőmájás, Gyümölcs energia: 206kcal, zsír: 11,5g, tel.zsírsvav: 5,1g, fehérje: 7g, szénhidrát: 18,1g, só: 1,1g</p>

	Gyümölcs tea, Tej ⁽⁷⁾ , Kenőmájás, Telj. kiőrlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 583kcal, zsír: 17,7g, tel.zsír: 8,1g, fehérje: 21,7g, szénhidrát: 83,6g, só: 2,5g	Gyümölcs tea, Tej ⁽⁷⁾ , Kenőmájás, Telj. kiőrlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 583kcal, zsír: 17,7g, tel.zsír: 8,1g, fehérje: 21,7g, szénhidrát: 83,6g, só: 2,5g	Telj. kiőrlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Házi csirkehúskrém, Gyümölcs tea diab., Zöldség energia: 409kcal, zsír: 9,7g, tel.zsír: 2g, fehérje: 19,2g, szénhidrát: 60,3g, só: 1,3g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Házi csirkehúskrém, Zöldség energia: 479kcal, zsír: 9,7g, tel.zsír: 2g, fehérje: 19,2g, szénhidrát: 78,3g, só: 1,3g	Gyümölcs tea, Gluténmentes kenyér, Házi csirkehúskrém, Zöldség energia: 372kcal, zsír: 12,8g, tel.zsír: 2g, fehérje: 11,7g, szénhidrát: 53,6g, só: 0,7g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű rozsos kenyér ⁽¹⁾ , Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 495kcal, zsír: 16,4g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 10,9g, szénhidrát: 75,3g, só: 1,6g
	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Tejszínes sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 470kcal, zsír: 17,4g, tel.zsír: 10g, fehérje: 17,6g, szénhidrát: 60,3g, só: 0,8g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Tejszínes sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 470kcal, zsír: 17,4g, tel.zsír: 10g, fehérje: 17,6g, szénhidrát: 60,3g, só: 0,8g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Tejszínes sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 473kcal, zsír: 17,4g, tel.zsír: 10g, fehérje: 17,7g, szénhidrát: 60,7g, só: 0,8g	Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Rizstej, Felvágott, Minimargarin, Zöldség energia: 425kcal, zsír: 9,8g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 17,3g, szénhidrát: 66,4g, só: 1,1g	Tej ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér, Tejszínes sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 310kcal, zsír: 18,2g, tel.zsír: 10g, fehérje: 8,7g, szénhidrát: 28,3g, só: 1g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Tejszínes sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 473kcal, zsír: 17,4g, tel.zsír: 10g, fehérje: 17,7g, szénhidrát: 60,7g, só: 0,8g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g
2019.06.14 Péntek	Zöldbableves (magyaros) ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott tengeri halfilé ^(1,3,4) Petrezselymes burgonya Savanyúság energia: 676kcal, zsír: 25,6g, tel.zsír: 3g, fehérje: 28,2g, szénhidrát: 80,9g, só: 4,4g	Zöldbableves (magyaros) ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott sajt ^(1,3,7) Kukoricás rizs energia: 945kcal, zsír: 55,8g, tel.zsír: 14g, fehérje: 25,4g, szénhidrát: 83g, só: 1,9g	Zöldbableves (magyaros) ⁽¹⁾ Zöldfűszeres párolt halfilé ⁽⁴⁾ Petrezselymes burgonya Savanyúság energia: 585kcal, zsír: 18,4g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 29g, szénhidrát: 73,2g, só: 2,7g	Zöldbableves (magyaros) ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldfűszeres párolt halfilé ⁽⁴⁾ Petrezselymes burgonya Savanyúság energia: 635kcal, zsír: 18,8g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 30,7g, szénhidrát: 83g, só: 2,8g	Zöldbableves (magyaros) Levesbetét GM Zöldfűszeres párolt halfilé ⁽⁴⁾ Petrezselymes burgonya Savanyúság energia: 627kcal, zsír: 18,8g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 29,6g, szénhidrát: 82,2g, só: 2,8g	Zöldbableves (magyaros) ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott sajt sütőben sütve ^(1,3,7) Petrezselymes burgonya energia: 828kcal, zsír: 42,1g, tel.zsír: 19,4g, fehérje: 39,1g, szénhidrát: 70,3g, só: 3,2g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g
	Tej ⁽⁷⁾ , Trappista sajt ⁽⁷⁾ , Margarin, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 578kcal, zsír: 21,4g, tel.zsír: 10,2g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 68,4g, só: 2,9g	Tej ⁽⁷⁾ , Trappista sajt ⁽⁷⁾ , Margarin, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 578kcal, zsír: 21,4g, tel.zsír: 10,2g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 68,4g, só: 2,9g	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Zala felvágott, Gyümölcs tea diab. energia: 426kcal, zsír: 14,2g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 15,7g, szénhidrát: 58,2g, só: 2,7g	Gyümölcs tea, Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Zala felvágott energia: 361kcal, zsír: 13,8g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 11g, szénhidrát: 47,7g, só: 1,9g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zala felvágott energia: 373kcal, zsír: 17,5g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 6,9g, szénhidrát: 48,1g, só: 1,7g	Tej ⁽⁷⁾ , Gyümölcs tea, Magvas kelt pogácsa ^(1,3,7) energia: 717kcal, zsír: 26,4g, tel.zsír: 3g, fehérje: 16g, szénhidrát: 97,5g, só: 1,9g

2019.06.15 Szombat	Tej ⁽⁷⁾ , Natúr joghurt ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Margarin energia: 476kcal, zsír: 13,7g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 21,4g, szénhidrát: 65,1g, só: 0,6g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Margarin, Főtt tojás⁽³⁾ energia: 443kcal, zsír: 14,3g, tel.zsír: 4g, fehérje: 20,2g, szénhidrát: 57,8g, só: 0,5g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Főtt tojás⁽³⁾ energia: 457kcal, zsír: 15,9g, tel.zsír: 5,5g, fehérje: 20,1g, szénhidrát: 57,7g, só: 0,5g	Rizstej, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Főtt tojás⁽³⁾ energia: 420kcal, zsír: 12,2g, tel.zsír: 2,7g, fehérje: 14,1g, szénhidrát: 62,9g, só: 0,3g	Tej ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér, Minimargarin, Olasz felvágott energia: 379kcal, zsír: 21,8g, tel.zsír: 9,1g, fehérje: 12,6g, szénhidrát: 25,2g, só: 2,3g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Főtt tojás⁽³⁾ energia: 457kcal, zsír: 15,9g, tel.zsír: 5,5g, fehérje: 20,1g, szénhidrát: 57,7g, só: 0,5g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g
	Zöldségragu leves^(7,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklevár öntet Porcukor szórat energia: 768kcal, zsír: 14,4g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 18,1g, szénhidrát: 140,3g, só: 1,2g	Májgombóclevés^(1,3) Levesbetét ⁽¹⁾ Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklevár öntet Porcukor szórat energia: 878kcal, zsír: 19,6g, tel.zsír: 5,9g, fehérje: 22,2g, szénhidrát: 151,2g, só: 1,7g	Csirke raguleves⁽⁷⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldséges tészta⁽¹⁾ energia: 576kcal, zsír: 14,3g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 29,2g, szénhidrát: 80,3g, só: 1,5g	Csirke raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklevár öntet Porcukor szórat energia: 857kcal, zsír: 14,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 31,9g, szénhidrát: 148,5g, só: 0,8g	Csirke raguleves⁽⁷⁾ Levesbetét GM Darás metélt GM Baracklevár öntet Porcukor szórat energia: 836kcal, zsír: 14,7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 24,5g, szénhidrát: 150,4g, só: 0,8g	Zöldségragu leves^(7,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklevár öntet Porcukor szórat energia: 844kcal, zsír: 16,2g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 20,4g, szénhidrát: 152,9g, só: 1,4g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g
	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Margarin, Kefíres túró⁽⁷⁾ energia: 464kcal, zsír: 14,2g, tel.zsír: 5g, fehérje: 23,3g, szénhidrát: 60g, só: 0,5g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Margarin, Zala felvágott energia: 491kcal, zsír: 18,7g, tel.zsír: 6g, fehérje: 22,4g, szénhidrát: 57,9g, só: 1,4g	Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zöldfűszeres vajkrém⁽⁷⁾, Gyümölcs tea diab. energia: 382kcal, zsír: 18,6g, tel.zsír: 7,4g, fehérje: 9,2g, szénhidrát: 43,8g, só: 0,2g	Gyümölcs tea, Olasz felvágott, Minimargarin, Félbarna kenyér⁽¹⁾, Minimargarin energia: 569kcal, zsír: 20,7g, tel.zsír: 7,6g, fehérje: 15,4g, szénhidrát: 71,4g, só: 1,9g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Párizsi (sertés) energia: 333kcal, zsír: 20,4g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 25,2g, só: 1,4g	Tej ⁽⁷⁾ , Félbarna kenyér⁽¹⁾, Zöldfűszeres vajkrém⁽⁷⁾ energia: 494kcal, zsír: 18,6g, tel.zsír: 8,8g, fehérje: 17,4g, szénhidrát: 63,5g, só: 0,3g
2019.06.16 Vasárnap	Gyümölcs tea, Tej⁽⁷⁾, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Margarin, Baracklevár energia: 517kcal, zsír: 10,7g, tel.zsír: 3,1g, fehérje: 16,2g, szénhidrát: 88,3g, só: 0,4g	Gyümölcs tea, Tej⁽⁷⁾, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Margarin, Sajt szelet⁽⁷⁾ energia: 614kcal, zsír: 22g, tel.zsír: 10,3g, fehérje: 27,2g, szénhidrát: 76g, só: 1,4g	Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Zala felvágott, Gyümölcs tea diab. energia: 390kcal, zsír: 14,7g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 48,1g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Zala felvágott, Rizstej energia: 545kcal, zsír: 16,6g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 16,3g, szénhidrát: 81,9g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zala felvágott energia: 299kcal, zsír: 15,5g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 6,6g, szénhidrát: 33,7g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Sajt szelet⁽⁷⁾, Minimargarin energia: 512kcal, zsír: 18g, tel.zsír: 8,7g, fehérje: 20,4g, szénhidrát: 66,5g, só: 1,2g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g

Ételallergiás ebéd

2019. június 10. - 2019. június 16.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	0g		szénhidrát: 18g, só: 0g	szénhidrát: 18g, só: 0g	0g	szénhidrát: 18g, só: 0g
	Magyaros karfiolleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Rántott gomba ^(1,3) energia: 678kcal, zsír: 26g, tel.zsír-sav: 4g, fehérje: 24,5g, szénhidrát: 83,2g, só: 2,4g	Magyaros karfiolleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott sertészelet Burgonyapüré ⁽⁷⁾ energia: 504kcal, zsír: 20,6g, tel.zsír-sav: 3,1g, fehérje: 14,1g, szénhidrát: 62,5g, só: 1,2g	Magyaros karfiolleves ⁽¹⁾ Natúr csirke mellfilé Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 623kcal, zsír: 23,6g, tel.zsír-sav: 3,7g, fehérje: 36,5g, szénhidrát: 62,7g, só: 2,4g	Magyaros karfiolleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Natúr csirke mellfilé Burgonyapüré energia: 608kcal, zsír: 23,2g, tel.zsír-sav: 3,3g, fehérje: 32,9g, szénhidrát: 63,5g, só: 1,8g	Magyaros karfiolleves Levesbetét GM Natúr csirke mellfilé Burgonyapüré ⁽⁷⁾ energia: 644kcal, zsír: 23,9g, tel.zsír-sav: 3,7g, fehérje: 36,4g, szénhidrát: 69,9g, só: 1,9g	Magyaros karfiolleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Gombapörkölt Burgonyapüré ⁽⁷⁾ energia: 598kcal, zsír: 20,6g, tel.zsír-sav: 3,1g, fehérje: 22,4g, szénhidrát: 76,9g, só: 1,8g
	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír-sav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír-sav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír-sav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír-sav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír-sav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g	Gyümölcs energia: 80kcal, zsír: 0,5g, tel.zsír-sav: 0g, fehérje: 0,6g, szénhidrát: 18g, só: 0g
	Tej ⁽⁷⁾ , Gyümölcs tea, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Tejszínes sajtkrém ⁽⁷⁾ energia: 555kcal, zsír: 17,1g, tel.zsír-sav: 10g, fehérje: 17,8g, szénhidrát: 81,9g, só: 0,8g	Tej ⁽⁷⁾ , Gyümölcs tea, Margarin, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Csirkesonka energia: 539kcal, zsír: 11,1g, tel.zsír-sav: 3,3g, fehérje: 25,6g, szénhidrát: 83,6g, só: 1,3g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Körözött ⁽⁷⁾ energia: 316kcal, zsír: 3,8g, tel.zsír-sav: 1,5g, fehérje: 16,3g, szénhidrát: 53,8g, só: 0,1g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csirkesonka energia: 361kcal, zsír: 7,1g, tel.zsír-sav: 1,7g, fehérje: 18,7g, szénhidrát: 55,1g, só: 1,1g	Tej ⁽⁷⁾ , Snidlinges vajkrém ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér energia: 310kcal, zsír: 19,3g, tel.zsír-sav: 3,1g, fehérje: 7,7g, szénhidrát: 26,7g, só: 0,5g	Tej ⁽⁷⁾ , Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Tejszínes sajtkrém ⁽⁷⁾ energia: 484kcal, zsír: 17,1g, tel.zsír-sav: 10g, fehérje: 17,7g, szénhidrát: 64,1g, só: 0,8g