

**LAKTÓZMENTES**  
**21. hét 2026.05.18-05.22**

**Minorita Kft.**  
 3525 Miskolc Kelemen Didák út 1

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Ebéd</b>	Daragaluskaleves	Karalábéleves növényi tejjel	Babgulyás	Zöldborsóleves	Burgonyaleves növényi tejjel
	Tavaszi rizseshús	Hentes tokány	Kenyér	Rakott karfiol növényi tejjel	Mákos tészta
	Cékla saláta	Petrezselymes burgonya	Káposztás tészta	Gyümölcs	
	energia:      fehérje:      zsír / telített zs.: 615 Kcal      24 g      38 g / 8,2 g	energia:      fehérje:      zsír / telített zs.: 523 Kcal      19 g      23 g / 7,4 g	energia:      fehérje:      zsír / telített zs.: 591 Kcal      23 g      25 g / 7 g	energia:      fehérje:      zsír / telített zs.: 563 Kcal      21 g      27 g / 9,1 g	energia:      fehérje:      zsír / telített zs.: 480 Kcal      23 g      14 g / 3,2 g
szénhidrát:      cukor:      só: 67 g      4 g      2,1 g	szénhidrát:      cukor:      só: 59 g      0 g      1,4 g	szénhidrát:      cukor:      só: 66 g      5 g      1,9 g	szénhidrát:      cukor:      só: 58 g      0 g      1,3 g	szénhidrát:      cukor:      só: 64 g      15 g      1,8 g	
Allergének: glutén, tojás	Allergének: zeller, glutén	Allergének: glutén, tojás, zeller	Allergének: glutén	Allergének: tojás, glutén	
Feltételezhető:	Feltételezhető:	Feltételezhető:	Feltételezhető:	Feltételezhető:	

Készült: NutriComp Étrend5 szoftverrel  
 Készítette: Csizmadia Judit - dietetikus