

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	<b>TEJ , ZSEMLE, FLÓRA MARGARIN, TAVASZI FELVÁGOTT, PARADICSOM</b>	<b>TEJESKÁVÉ, GRAHAM KENYÉR, FLÓRA MARGARIN, TRAPPISTASAJT, KÍGYÓUBORKA</b>	<b>TEJ, FÉLBARNA KENYÉR, FLÓRA MARGARIN, PÁRIZSI, PARADICSOM</b>	<b>TEJ, GABONAPEHELY</b>	<b>KAKAÓ, ROZSKENYÉR, TONHALPÁSTÉTOM, KALIFORNIAI PAPRIKA</b>
	Energia: 286Kcal /1197 KJ	Energia: 329Kcal /1377KJ	Energia: 285 Kcal /1192 KJ	Energia: 211Kcal / 881 KJ	Energia: 325Kcal /1360 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	13g 10g 3g	16g 13g 6g	13g 11g 4g	10g 4g 4g	15g 10g 3g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
35g 0g 1g	37g 5g 1g	32g 0g 2g	35g 8g 0,5g	44g 10g 1g	
allergének: 1,6,7	1,7	1,7	1,3,5,6,7,8	1,4,7	
Tízórai	<b>100% GYÜMÖLCSLÉ</b>	<b>LIMONÁDÉ</b>	<b>100% GYÜMÖLCSLÉ</b>	<b>LIMONÁDÉ</b>	<b>100% GYÜMÖLCSLÉ</b>
	Energia: 102Kcal/428 KJ	Energia: 69 Kcal/ 289 KJ	Energia: 102Kcal /428 KJ	Energia: 29 Kcal /122 KJ	Energia: 102Kcal/428 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav
	1g 0g 0g	0g 0g 0g	1g 0g 0g	0g 0g 0g	1g 0g 0g
	Szénhidrát: Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát:1 Cukor: 15g Só:0g	Szénhidrát: Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát:6 Cukor: 5g Só: 0g	Szénhidrát:2 Cukor: 0g Só: 0g
22g	6g	22g	g	2g	
Ebéd	<b>VAGDALT SZELET, BURGONYAFŐZELÉK, NEKTARIN</b>	<b>FOKHAGYMÁS APRÓPECSENYE, FINOMFŐZELÉK, ALMA</b>	<b>GULYÁSLEVES, GYÜMÖLCSRIZS</b>	<b>SÜLT PULYKACOMB, BROKKOLIFŐZELÉK, NEKTARIN</b>	<b>PÁSZTORTARHONYA, KOVÁSZOS UBORKA, ŐSZIBARACK</b>
	Energia: 472 Kcal /1974 KJ	Energia: 437Kcal /1826 KJ	Energia: 422 Kcal /1764 KJ	Energia: 290Kcal /1215 KJ	Energia: 451 Kcal / 1885 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	19g 15g 3g	24g 17g 3g	19g 10g 3g	20g 13g 3g	14g 16g 4g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
65g 0g 1g	86g 5g 4g	65g 14g 1g	63g 0g 1g	60g 0g 3g	
allergének: 1,3,7	1,7	1,3,7	1,7	1,3,7	
Uzsonna	<b>CITROMOS TEA, FÉLBARNA KENYÉR, TEAVAJ, ZÖLDPAPRIKA</b>	<b>CITROMOS TEA, KIFLI, MAGYAROS VAJKRÉM, KALIFORNIAI PAPRIKA</b>	<b>GYÜMÖLCSSTEAM, ZSEMLE, KOCKASAJT, ŐSZIBARACK</b>	<b>GYÜMÖLCSSTEAM, TELJ.KIÓRL. KENYÉR, TOJÁSKRÉM, KÍGYÓUBORKA</b>	<b>CITROMOS TEA, KÖLESPUDING GYÜMÖLCSÖNTETTEL</b>
	Energia: 218Kcal /915 KJ	Energia: 113Kcal /471 KJ	Energia: 215Kcal / 897 KJ	Energia: 207 Kcal /867 KJ	Energia: 310Kcal / 1297 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	4g 10g 5g	3g g 0g	6g 3g 2g	7g 7g 2g	5g 2g 1g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
27g 5g 1g	24g 5g 0g	38g 5g 1g	28g 5g 1g	68g 48g 0g	
allergének: 1,7	1,6,7	1,6,7	1,3,7,10	1,7	

Nemzetközi kód - Allergén

-  1 - glutén
-  2 - rák
-  3 - tojás
-  4 - hal
-  5 - földimogyoró
-  6 - szója
-  7 - tejtermék, laktóz
-  8 - diófélék
-  9 - zeller
-  10 - mustár
-  11 - szezám
-  12 - kéndioxid, szulfít
-  13 - csillagfűrt
-  14 - puhatestűek
-  15 - mesterséges édesítőszer
-  16 - édesgyökér