

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	KAKAÓ, GRAHAM KENYÉR, FLÓRA MARGARIN, GÉPSONKA, KALIFORNIAI PAPRIKA	TEJ, ROZSKENYÉR, TAVASZI TÚRÓKRÉM, PARADICSOM		TEJESKÁVÉ, GRAHAM KENYÉR, FLÓRA MARGARIN, FŐTT TOJÁS, ZÖLDPAPRIKA	TEJ, TELJ. KIŐRL. KENYÉR, FÜSTÖLT SAJTKRÉM, PARADICSOM
	Energia: 324 Kcal /1354 KJ	Energia: 262 Kcal /1093KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: 307Kcal / 1281 KJ	Energia: 313Kcal /1308 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	16g 9g 3g	14g 8g 3g		15g 11g 3g	15g 14g 6g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44g 10g 1g	33g 0g 0g		37g 5g 1g	31g 0g 1g	
allergének: 1,7	1,7		1,3,7	1,7	
Tízórai	ALMA	KÖRTE		BANÁN	ALMA
	Energia: 31Kcal/131 KJ	Energia: 48Kcal/199 KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: 94Kcal/395 KJ	Energia: 31Kcal/131 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav
	0g 0g 0g	0g 0g 0g		1g 0g 0g	0g 0g 0g
	Szénhidrát Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát:1 Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát:2 Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát:6 Cukor: 0g Só: 0g
6g	1g		2g	g	
Ebéd	FOKHAGYMÁS PULYKA APRÓPECSENYE, ZÖLDBABFŐZELÉK, BANÁN	NATÚR CSIRKEMELL, SAJTMÁRTÁS, PÁROLT RIZS, ALMA		HÚSOS SERPENYÓS BURGONYA, CSEMEGE UBORKA, KÖRTE	VAGDALT SZELET, FINOMFŐZELÉK, BANÁN
	Energia: 340Kcal/1420 KJ	Energia: 612 Kcal /2556 KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: 350 Kcal /1463 KJ	Energia: 459 Kcal /1920 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	18g 13g 3g	30g 26g 8g		18g 11g 6g	20g 15g 3g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
77g 0g 1g	64g 0g 2g		45g 0g 2g	60g 4g 3g	
allergének: 1,7	1,7		1	1,3,7	
Uzsonna	CITROMOS TEA, KIFLI, MAGYAROS VAJKRÉM, KÍGYÓUBORKA	GYÜMÖLCSTEA, ALMÁS ZABPEHELY		CITROMOS TEA, MEGGYES HÁZI JOGHURT, BABAPISKÓTA	GYÜMÖLCSTEA, ZSEMLE, TEAVAJ, MÉZ
	Energia: 108Kcal /453 KJ	Energia: 226 Kcal /943 KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: 226Kcal /943 KJ	Energia: 275 Kcal /1151 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	3g 0g 0g	6g 3g 1g		9g 1g 0g	4g 10g 5g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
23g 5g 0g	42g 17g 0g		43g 23g 1g	41g 17g 1g	
allergének:1,6,7	1,7		1,3,6,7	1,6,7	

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, szulfid

13 - csillagfűrt

14 - puhatestűek

15 - mesterséges

édesítőszer

16- édesgyökér