

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	<b>TEJ, TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR, KENŐMÁJAS, PARADICSOM</b>	<b>TEJESKÁVÉ, FÉLBARNA KENYÉR, FLÓRA MARGARIN, TAVASZI FELVÁGOTT, ZÖLDPAPRIKA</b>	<b>TEJ, ZSEMLE, FLÓRA MARGARIN, MARHA PÁRIZSI, ZÖLDHAGYMA</b>	<b>TEJ, GRAHAM KENYÉR, TOJÁSKRÉM, ZÖLDPAPRIKA</b>	<b>CITROMOS TEA, KIFLI, TONHALPÁSTÉTOM, PRADICSOM</b>
	Energia: 234Kcal /980 KJ	Energia: 290Kcal /1214KJ	Energia: 295Kcal /1233 KJ	Energia: 290Kcal /1211 KJ	Energia: 185 Kcal /773 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	12g 7g 3g	12g 10g 3g	13g 11g 4g	15g 10g 3g	7g 6g 2g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30g 0g 1g	37g 5g 1,4g	36g 0g 2g	36g 0g 1,3g	3g 5g 0,5g	
allergének: 1,6,7	1,7	1,6,7	1,3,7,10	1,6,7,4	
Tízórai	<b>100% GYÜMÖLCSLÉ</b>	<b>LIMONÁDÉ</b>	<b>100% GYÜMÖLCSLÉ</b>	<b>100% GYÜMÖLCSÉ</b>	<b>100% GYÜMÖLCSLÉ</b>
	Energia: 102Kcal /428 KJ	Energia: 70 Kcal/289 KJ	Energia: 103Kcal /428 KJ	Energia: 102Kcal /428 KJ	Energia: 102Kcal /428 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv
	1g 0,4g 0g	0g 0g 0g	1g 0,4g 0g	1g 0,4g 0g	1g 0,4g 0g
	Szénhidrát Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát: Cukor: 15g Só: 0g	Szénhidrát: Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát: Cukor: 0g Só: 0g	Szénhidrát: Cukor: 0g Só: 0g
22g	16 g	22g	22g	22g	
Ebéd	<b>HÚSGALUSKA LEVES, SPENÓTOS PENNE</b>	<b>STEFÁNIA VAGDALT, ZÖLDBABFŐZELÉK, ALMA</b>	<b>FOKHAGYMÁS PULYKA APRÓPECSENYE, PARADICSOMOS BURGONYAFŐZELÉK, KÖRTE</b>	<b>CSIRKECOMBFILE PÖRKÖLT, KARFIOLFŐZELÉK, BANÁN</b>	<b>SZÁRNYAS MÁJRIZOTTÓ, CSEMEGE UBORKA, KÖRTE</b>
	Energia: 365Kcal / 1526KJ	Energia: 286Kcal /1197 KJ	Energia: 444Kcal / 1855KJ	Energia: 324Kcal /1355 KJ	Energia: 445Kcal /1860 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	18g 10g 2g	16g 13g 3g	19g 12g 2g	19g 12g 2g	22g 17g 10g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
70g 0,2g 1,6g	26g 0g 1g	104g 10g 1g	34g 0g 1g	50g 0g 2,47g	
allergének: 1,3,7	1,3,7	1	1,7	1,7	
Uzsonna	<b>CITROMOS TEA, ZSEMLE, SZENDVICKRÉM, KÖRTE</b>	<b>CITROMOS TEA, KIFLI, TEAVAJ, PARADICSOM</b>	<b>CITROMOS TEA, VANÍLIAPUDING, BABAPISKÓTA</b>	<b>LIMONÁDÉ, FÉLBARNA KENYÉR, NATÚR VAJKRÉM, ALMA</b>	<b>KAKAO, KALÁCS, FLÓRA MARGARIN</b>
	Energia: 220Kcal /921 KJ	Energia: 183 Kcal /767 KJ	Energia: 280Kcal /1170 KJ	Energia: 250Kcal /1043 KJ	Energia: 340Kcal /1423 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	4,5g 5g 2g	3g 8g 4g	7g 3,5g 1,5g	5g 6g 2g	12g 12g 4g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
40g 5g 0,7g	23g 5g 0,3g	55g 40g 0,8g	44g 15g 0,8g	47g 13g 0,7g	
allergének: 1,6,7	1,6,7	1,3,7	1,7	1,3,6,7	

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 - csillagfűt
-  14 - puhatestűek
-  15 - mesterséges édesítőszer
-  16 - édesgyökér