

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	TEJ, KAKAÓS KALÁCS, FLÓRA MARGARIN	KAKAÓ, ROZSCIPÓ, FLÓRA MARGARIN, ZALA FELVÁGOTT, PARADICSOM	TEJESKÁVÉ, GRAHAM KENYÉR, FLÓRA MARGARIN, TRAPPISTA SAJT, KÍGYÓUBORKA	CITROMOS TEA, TELJ. KIÓRL. KENYÉR, MÁJPÁSTÉTOM, PARADICSOM	TEJ, ZSEMLE, FLÓRA MARGARIN, CSIRKEMELL SONKA, KÍGYÓUBORKA										
	Energia: 296Kcal /1235 KJ	Energia: 329 Kcal /1374KJ	Energia: 330Kcal /1378 KJ	Energia:176 Kcal / 737 KJ	Energia: 270Kcal /1130 KJ										
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
	12g	11g	4g	13g	12g	4g	16g	13g	6g	8g	4g	1g	15g	8g	2g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
37g	3g	1g	41g	10g	1g	37g	5g	1g	26g	5g	1g	34g	0g	1g	
allergének: 1,3,6,7		1,7		1,7			1,3,7,10			1,6,7					
Tízórai	CITROMOS TEA	100% GYÜMÖLCSLÉ	CITROMOS TEA	100% GYÜMÖLCSLÉ	GYÜMÖLCS TEA										
	Energia:24 Kcal /100 KJ	Energia: 102Kcal/428 KJ	Energia: 24Kcal /100 KJ	Energia: 102 Kcal /428 KJ	Energia: 28 Kcal /119 KJ										
	Fehérje:	Zsír:	T.Zsírsv	Fehérje:	Zsír:	T.Zsírsv	Fehérje:	Zsír:	T.Zsírsv	Fehérje:	Zsír:	T.Zsírsv			
	0g	0g	0g	1g	0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g			
	Szénhidrát:	Cukor: 5g	Só: 0g	Szénhidrát:2g	Cukor:0g	Só: 0g	Szénhidrát: 5g	Cukor:0g	Só: 0g	Szénhidrát: 22g	Cukor:0g	Só: 0g	Szénhidrát: 5g	Cukor: 5g	Só: 0g
Ebéd	HALRUDACSKA, TÖRT BURGONYA, CSEMEGE UBORKA, BANÁN	SÜLT CSIRKECOMB FILÉ, BROKKOLIFŐZELÉK, ALMA	MAJORANNÁS TOKÁNY, TÉSZTA, BANÁN	VAGDALT, MEXIKÓI FŐZELÉK, ALMA	SERTÉS APRÓPECSENYE, SÓSKAMÁRTÁS, FŐTT BURGONYA, BANÁN										
	Energia: 457Kcal /1911 KJ	Energia: 264Kcal /1104 KJ	Energia: 462Kcal /1930 KJ	Energia: 448 Kcal /1874 KJ	Energia: 488 Kcal /2039 KJ										
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
	18g	18g	7g	19g	13g	2g	22g	13g	3g	21g	16g	3g	20g	17g	4g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54g	0g	2g	17g	0g	1g	104g	0g	6g	55g	4g	1g	63g	10g	1g	
allergének: 1,3,4,7		1,7		1,3,7			1,3,7			1,7					
Uzsonna	CITROMOS TEA, KÖLESPUDING GYÜMÖLCSPÜRÉVEL	CITROMOS TEA, ZSEMLE, TEAVAJ, LEKVÁR	GYÜMÖLCS TEA, KIFLI, VAJKRÉM, ZÖLDPAPRIKA	TEJ , BELVITA KEKSZ SZELET	CITROMOS TEA, KIFLI, KRÉMSAJT, KALIFORNIAI PAPRIKA										
	Energia: 310Kcal /1297 KJ	Energia: 251 Kcal /1049 KJ	Energia: 115Kcal /479 KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: Kcal / KJ										
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
	4,5g	2g	1g	4g	10g	5g	3g	0g	0g	8g	4g	2g	4g	4g	3g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68g	48g	0g	36g	11g	1g	23g	5g	0g	17g	0g	0g	24g	5g	0g	
allergének:1,7		1,6,7		1,6,7			1,3,5,6,7,8			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