

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	<b>Tej</b> <b>Fatörzs kifli</b> <b>Flóra margarin</b>	<b>Kakaó</b> <b>Teljeskiörlesű kenyér</b> <b>Füstölt sajtkrém</b> <b>Zöldpaprika</b>	<b>Tej</b> <b>Zsemle</b> <b>Sonkakrém</b> <b>Paradicsom</b>	<b>Gyümölcs tea</b> <b>Rozscipó</b> <b>Tavaszi túrókrém</b> <b>Kígyóuborka</b>	<b>Tejeskávé</b> <b>Korpás zsemle</b> <b>Flóra margarin</b> <b>Főtt tojáskarikák</b> <b>Kápia paprika</b>
	Energia:277,62 Kcal /1160,45 KJ	Energia:357,37 Kcal /1493,81KJ	Energia: 301,51 Kcal /1260,31 KJ	Energia:190,71 Kcal /797,17 KJ	Energia: 277,95 Kcal /1161,83 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	10,72g 10,72g 3,83g	15,52g 14,60g 6,49g	15,63g 10,72g 3,74g	7,43g 4,93g 1,71g	13,62g 11,04g 3,23g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
37,13g 4,49g 0,60g	40,57g 9,99g 1,32g	35,27g 0,00g 1,22g	27,18g 5,00g 0,16g	30,93g 5,00g 0,69g	
allergének: 1,7,3,6	1,7	1,7,6	1,7	1,7,3,6,	
Tízórai	<b>Gyümölcs tea</b>	<b>Gyümölcslé 100%</b>	<b>Citromos tea</b>	<b>Limonádé</b>	<b>Gyümölcs tea</b>
	Energia:28,43 Kcal /118,84 KJ	Energia: 102,36 Kcal/427,86 KJ	Energia: 23,90 Kcal / 99,90 KJ	Energia: 29,18 Kcal /121,97 KJ	Energia: 28,43 Kcal /118,84 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav
	0,01g 0,00g 0,00g	1,30g 0,36g 0,00g	0,05g 0,08g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	0,01g 0,00g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:
5,23g 5,00g 0,00g	21,80g 0,00g 0,01g	5,28g 5,00g 0,00g	6,11g 5,00g 0,00g	5,23g 5,00g 0,00g	
Ebéd	<b>Csirkemell tokány</b> <b>Brokkoli főzelék</b> <b>Alma</b>	<b>Bácskai rizseshús</b> <b>Csemege uborka</b> <b>Körte</b>	<b>Sertés pörkölt</b> <b>Finomfőzelék</b> <b>Banán</b>	<b>Sült csirkecombfilé</b> <b>Burgonyapüré</b> <b>Uborkasaláta</b> <b>Alma</b>	<b>Májgaluska leves</b> <b>Túrófűjt</b>
	Energia:273,28 Kcal /1142,31 KJ	Energia:486,35 Kcal /2032,94 KJ	Energia:396,36 Kcal /1656,78 KJ	Energia:389,45 Kcal /1627,90 KJ	Energia:642,26 Kcal /2684,65 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	20,37g 10,51g 1,77g	18,27g 20,95g 6,96g	20,97g 14,26g 3,15g	20,04g 13,80g 2,99g	25,93g 27,19g 8,93g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
23,58g 0,00g 1,87g	55,47g 0,00g 1,56g	45,02g 4,00g 2,92g	44,93g 1,00g 1,18g	72,55g 44,06g 5,36g	
allergének: 1,7,3	1	1,7	1,3	1,7,3,9	
Uzsonna	<b>Citromos tea</b> <b>Graham kenyér</b> <b>Flóra margarin</b> <b>Zala felvágott</b> <b>Kígyóuborka</b>	<b>Gyümölcs tea</b> <b>Félbarna kenyér</b> <b>Teavaj</b> <b>Lekvár</b>	<b>Limonádé</b> <b>Graham kenyér</b> <b>Magyaros vajkrém</b> <b>Kaliforniai paprika</b>	<b>Citromos tea</b> <b>Csokoládé puding</b> <b>Babapiskóta</b>	<b>Limonádé</b> <b>Kifli</b> <b>Teavaj</b> <b>Alma</b>
	Energia:219,40 Kcal /917,09 KJ	Energia: 243,43 Kcal /1017,54 KJ	Energia: 142,64Kcal /596,24 KJ	Energia:255,13 Kcal / 1066,44 KJ	Energia:229,70 Kcal /960,15 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	7,43g 8,68g 2,23g	4,01g 10,15g 4,67g	4,36g 0,57g 0,01g	7,35g 3,87g 1,77g	3,33g 10,27g 4,64g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
27,38g 5,00g 1,21g	32,18g 9,82g 0,80g	29,04g 5,00g 0,69g	46,99g 32,20g 0,63g	29,57g 5,00g 0,32g	
allergének:1,7	1,7	1,7	1,6,7,3	1,7,6	

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