

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	Tejeskávé Félbarna kenyér Sajtkrém Zöldpaprika	Tej Kifli Flóra margarin Lekvár	Gyümölcsstea Graham kenyér Tonhalpástétom Zöldpaprika	Tejeskávé Félbarna kenyér Flóra margarin Sertés párizsi Kápia paprika	Kakaó Burgonyás kenyér Flóra margarin Főtt tojás Uborka
	Energia: 335,37 Kcal /1401,85 KJ	Energia: 264,84 Kcal /1107,03KJ	Energia:213,83 Kcal /893,81 KJ	Energia:298,87 Kcal /1249,28 KJ	Energia: 334,71 Kcal /1399,09 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	15,88g 13,69g 6,37g	9,67g 7,71g 2,45g	8,42g 6,66g 1,67g	12,67g 11,01g 3,63g	15,67g 11,83g 3,52g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
36,77g 5,00g 1,60g	39,65g 9,64g 0,59g	27,61g 5,00g 0,92g	37,14g 5,00g 1,51g	41,17g 9,99g 1,19g	
allergének: 1,7	1,7	1,4	1,7	1,7,3	
Tízórai	Citromos tea	Limonádé	Almalé	Limonádé	Gyümölcsstea
	Energia: 67,80 Kcal /283,40 KJ	Energia:29,18 Kcal/121,97 KJ	Energia:102,36 Kcal /427,86 KJ	Energia: 29,18 Kcal /121,97 KJ	Energia: 28,43 Kcal /118,84 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv
	0,08g 0,07g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	1,30g 0,36g 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:
15,99g 14,99g 0,00g	6,11g 5,00g 0,00g	21,80g 0,00g 0,01g	6,11g 5,00g 0,00g	5,23g 5,00g 0,00g	
Ebéd	Sült virsli Mexikói főzelék Alma	Majorannás tokány Tészta köret Őszibarack	Stefánia vagdalt Vajas burgonya Uborka saláta	Csirke pörkölt Karfiol főzelék Nektarin	Palóc leves Gyümölcsrizs
	Energia: 409,30Kcal /1710,87 KJ	Energia:404,39 Kcal /1690,35 KJ	Energia: 370,36 Kcal /1548,10 KJ	Energia: 279,44Kcal /1168,06 KJ	Energia: 472,31 Kcal /1974,26 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	15,42g 21,20g 5,43g	21,63g 12,72g 2,54g	16,57g 12,78g 3,26g	19,12g 12,33g 2,14g	21,09g 11,81g 3,30g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
38,18g 4,00g 1,74g	90,09g 0,36g 6,18g	46,15g 1,00g 4,87g	22,64g 0,00g 0,79g	96,75g 13,72g 1,10g	
allergének: 1,7,6	1,3,7	1,3,7	1,7	1,7	
Uzsonna	Limonádé Korpás zsemle Flóra margarin Csirkemell sonka Paradicsom	Citromos tea Teljeskiörlésű kenyér Flóra margarin Füstölt sajt Uborka	Limonádé Házi barackos gyümölcs joghurt Györi édes keksz	Gyümölcsstea Kifli Teavaj Paradicsom	Limonádé Teljeskiörlésű kenyér Vajkrém Zöldpaprika
	Energia: 169,54 Kcal /708,68 KJ	Energia: 176,45 Kcal / 737,56 KJ	Energia:247,45 Kcal /1034,34 KJ	Energia: 202,46 Kcal /846,28 KJ	Energia:128,16 Kcal /535,71 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	8,12g 5,21g 0,83g	4,76g 9,75g 3,99g	8,75g 4,26g 0,64g	3,10g 9,85g 4,65g	4,06g 0,66g 0,03g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
21,65g 5,00g 0,34g	16,75g 14,99g 0,61g	42,34g 21,80g 0,88g	23,27g 5,00g 0,31g	25,52g 5,00g 0,39g	
allergének:1,7	1,7	1,7,6,3	1,7	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, szulfid

13 - csillagfűrt

14 - puhatestűek

15 - mesterséges

édesítőszer

16- édesgyökér