

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	Tej Félbarna kenyér Flóra margarin Csirkemell sonka Zöldpaprika	Tejeskávé Teljeskiőrlésű kenyér Tojáskrém Uborka	Tej Rozscipó Házi májpástétom Kápia paprika	Kakaó Kalács Flóra margarin	Tej Burgonyás kenyér Flóra margarin Gépsonka Zöldpaprika
	Energia: 264,74 Kcal /1106,61 KJ	Energia:287,74 Kcal /1202,75KJ	Energia: 252,56 Kcal /1055,70 KJ	Energia: 340,38 Kcal /1422,79 KJ	Energia: 273,34 Kcal /1142,56 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	15,58g 8,07g 2,40g	13,53g 9,31g 3,06g	13,26g 7,51g 2,47g	11,79g 11,73g 4,32g	15,90g 9,35g 2,87g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,27g 0,00g 1,08g	37,08g 5,00g 0,98g	32,75g 0,00g 0,52g	46,69g 12,78g 0,69g	31,20g 0,00g 1,28g	
allergének: 1,7	1,7,3	1,7	1,7	1,7	
Tízórai	Limonádé	Limonádé	Gyümölcstea	Gyümölcslé 100%	Citromos tea
	Energia:29,18 Kcal /121,97 KJ	Energia:29,18 Kcal /121,97 KJ	Energia: 28,43 Kcal /118,84 KJ	Energia: 102,35 Kcal / 427,82 KJ	Energia: 23,90 Kcal /99,90 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv	Fehérje: Zsír: T.Zsírsv
	0,10g 0,10g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	0,01g 0,00g 0,00g	1,30g 0,36g 0,00g	0,05g 0,08g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:
6,11g 5,00g 0,00g	6,11g 5,00g 0,00g	5,23g 5,00g 0,00g	21,80g 0,00g 0,00g	5,28g 5,00g 0,00g	
Ebéd	Pritaminos sertés szelet Finomfőzelék Alma	Csirkepaprikás Tészta köret Nektarin	Húsgombóc Paradicsom mártás Főtt burgonya Banán	Sertés apró pecsenye Brokkoli főzelék Nektarin	Pulykatokány Párolt rizs Körte
	Energia: 438,75 Kcal /1833,98 KJ	Energia:426,29 Kcal /1781,89 KJ	Energia:475,64 Kcal /1988,18 KJ	Energia:309,36 Kcal /1293,12 KJ	Energia:407,73 Kcal /1704,31 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	23,53g 22,03g 6,74g	21,52g 15,24g 2,57g	16,60g 10,33g 1,95g	20,04g 15,45g 3,50g	18,07g 12,30g 2,36g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
35,56g 4,00g 5,84g	50,24g 0,00g 6,17g	77,75g 9,99g 1,51g	22,08g 0,00g 1,00g	95,65g 0,36g 0,90g	
allergének1,7	1,7,3	1,3	1,7	1,7	
Uzsonna	Gyümölcstea Korpás kifli Flóra margarin Nagylyukú sajt Paradicsom	Citromos tea Zsemle Kocka sajt Zöldpaprika	Citromos tea Kifli Teavaj Alma	Gyümölcstea Félbarna kenyér Padlizsánkrém Uborka	Limonádé Háztartási keksz Szilva
	Energia: 149,66 Kcal /625,58 KJ	Energia: 177,18 Kcal /740,61 KJ	Energia:224,40 Kcal / 937,99 KJ	Energia: 150,13 Kcal / 627,54 KJ	Energia: 154,72Kcal /646,73 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	5,79g 10,12g 0,78g	5,61g 3,32g 1,56g	3,27g 10,25g 4,63g	4,53g 1,33g 0,12g	2,78g 91,46g 11,01g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
6,42g 5,00g 0,01g	30,56g 5,00g 0,77g	28,74g 5,00g 0,30g	28,06g 6,25g 0,85g	30,89g 8,70g 0,19g	
allergének:1,7	1,7	1,7	1	1,3	

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