

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	Tej Félbarna kenyér Flóra margarin Csirkemell sonka Paradicsom	Citromos tea Teljes kiőrlésű kenyér Körözött Zöldpaprika	Gyümölcsstea Rozscipó Flóra margarin Tavaszi felvágott Uborka	Tej Félbarna kenyér Trappista sajtkrém Kaliforniai paprika	Tej Szezámos zsemle Tonhalpástétom Zöldpaprika
	Energia: 265,25 Kcal /1108,75 KJ	Energia: 228,37 Kcal /954,59KJ	Energia:535,66 Kcal /2239,06 KJ	Energia: 326,14Kcal /1363,27 KJ	Energia: 310,40 Kcal /1297,47 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	15,54g 8,04g 2,41g	7,81g 4,85g 1,62g	5,02g 45,62g 8,80g	16,48g 13,98g 6,52g	15,86g 10,39g 3,29g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,49g 0,00g 1,08g	37,47g 14,99g 0,53g	25,80g 5,00g 0,51g	33,19g 0,00g 1,62g	37,59g 0,00g 1,21g	
allergének: 1,7	1,7	1,7	1,7	1,7,4,11	
Tízórai	Gyümölcslé	Limonádé	Limonádé	Citromos tea	Gyümölcsstea
	Energia: 102,36 Kcal /427,86 KJ	Energia: 29,18 Kcal/ 121,97 KJ	Energia: 29,18 Kcal / 121,97 KJ	Energia: 67,80 Kcal /283,40 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
	1,30g 0,36g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	0,08g 0,07g 0,00g	0,01g 0,00g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:
21,80g 0,00g 0,01g	6,11g 5,00g 0,00g	6,11g 5,00g 0,00g	15,99g 14,99g 0,00g	5,23g 5,00g 0,00g	
Ebéd	Natúr csirkemell Zöldborsó főzelék Nektarin	Halrudacska Burgonyapüré Uborkasaláta Körte	Sertés vagdalt Tökfőzelék Alma	Sült csirke combfilé Párolt rizs Szilva	Tárkonyos pulykaragu leves Grízes tészta ízzel
	Energia: 413,25 Kcal /1727,39 KJ	Energia: 460,67 Kcal /1925,60 KJ	Energia:416,88 Kcal /1742,56 KJ	Energia: 400,97 Kcal /1676,05 KJ	Energia: 560,35 Kcal /2342,26 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	28,79g 12,25g 1,69g	20,06g 20,67g 4,95g	16,71g 16,51g 3,36g	17,81g 103,65g 12,60g	19,18g 16,40g 2,60g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
46,18g 0,33g 0,90g	48,06g 1,00g 0,85g	49,38g 4,20g 1,05g	50,53g 0,00g 0,84g	108,11g 24,67g 5,64g	
allergének: 1,7	1,7,4,3	1,7,3		1,7,3	
Uzsonna	Limonádé Zsemle Flóra margarin Méz	Tejeskávé Molnárika Flóra margarin	Citromos tea Kölespuding Gyümölcstönet	Gyümölcsstea Korpás zsemle Natúr vajkrém Paradicsom	Limonádé Kifli Teavaj Őszibarack
	Energia: 242,49 Kcal /1013,61 KJ	Energia: 230,29 Kcal /962,61 KJ	Energia:354,29 Kcal /1480,93 KJ	Energia:108,85 Kcal /454,99 KJ	Energia: 235,58 Kcal /984,72 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	3,99g 4,59g 0,77g	8,66g 9,15g 3,16g	4,49g 1,90g 0,77g	3,43g 0,50g 0,04g	3,59g 10,00g 4,63g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
45,41g 21,20g 0,65g	28,25g 6,08g 0,53g	78,71g 58,45g 0,29g	20,67g 5,00g 0,33g	31,37g 5,00g 0,30g	
allergének:1,7	1,7	1,7	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