

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli							Tej Zsemle Flóra margarin Lekvár			Kakaó Graham kenyér Flóra margarin Zala felvágott Zöldpaprika			Gyümölcsstea Félbarna kenyér Flóra margarin Főtt tojás Uborka		
	Energia: Kcal / KJ			Energia: Kcal /KJ			Energia: 293,53 Kcal /1226,96 KJ			Energia: 339,13 Kcal /1417,56 KJ			Energia: 221,25Kcal / 924,83 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
							10,66g	7,79g	2,45g	14,50g	11,98g	4,05g	8,20g	8,22g	1,70g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
allergének:						1,7			1,7			1,7,3			
Tízórai							Limonádé			Gyümölcslé			Limonádé		
	Energia: Kcal / KJ			Energia: Kcal/ KJ			Energia:29,18 Kcal / 121,97 KJ			Energia: 102,36 Kcal / 427,86 KJ			Energia:29,18 Kcal /121,97 KJ		
	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír/sav	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír/sav	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír/sav	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír/sav	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír/sav
							0,10g	0,10g	0,00g	1,30g	0,36g	0,00g	0,10g	0,10g	0,00g
	Szénhidrát	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:
allergének:						1,7,3			1,7			1,7,3			
Ebéd							Rakott sárgarépa Nektarin			Sülr csirke combfilé Karfiol főzelék Szilva			Csirkeragu leves Tejbendara Kakaószerással		
	Energia: Kcal / KJ			Energia: Kcal / KJ			Energia:306,84 Kcal /1282,59 KJ			Energia:266,89 Kcal /1115,60 KJ			Energia: 385,86 Kcal /1612,89 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
							15,91g	8,54g	1,79g	19,08g	101,10g	12,61g	21,90g	9,51g	2,85g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
allergének:						1,7,3			1,7			1,7,3			
Uzsonna							Citromos tea Félbarna kenyér Flóra margarin Sajtos párizsi Paradicsom			Citromos tea Görögdinnye Babapiskóta			Citromos tea Kifli Kocka sajt Alma		
	Energia: Kcal / KJ			Energia: Kcal / KJ			Energia:261,25 Kcal /1092,03 KJ			Energia: 162,32 Kcal / 678,50KJ			Energia:219,40 Kcal /917,09 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
							6,82g	8,51g	2,19g	2,36g	1,29g	0,25g	4,75g	3,54g	1,56g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
allergének:						1,7			1,3			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