

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Kakaó, Félbarna kenyér, Tavaszi túrókrém, Paradicsom			Tej, Kakaós kalács, Teavaj			Tej, Félbarna kenyér, Flóra margarin, Méz			Tejeskávé, Rozscipó, Flóra margarin, Csirkemell sonka, Jégretek			Citromos tea, Zsemle, Házi májpástétom, Savanyú káposzta		
	Energia: 314,18 Kcal /1313,27 KJ			Energia:345,57 Kcal /1444,48KJ			Energia:303,17 Kcal /1267,25 KJ			Energia:267,48 Kcal /1118,07 KJ			Energia:235,86 Kcal / 985,89 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	15,70g	8,00g	3,54g	11,57g	16,81g	8,00g	10,80g	7,60g	2,40g	13,71g	8,00g	2,25g	7,66g	4,17g	0,85g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	44,49g	9,99g	1,22g	36,60g	2,80g	0,69g	47,73g	16,20g	1,08g	35,15g	6,65g	0,26g	41,02g	14,99g	1,10g
	allergének: 1,7			1,7,3,6			1,7			1,7,6			1,7,6		
Tízórai	Narancs			Banán			Alma			Narancs			Mandarin		
	Energia: 37,27 Kcal /155,79 KJ			Energia: 94,47 Kcal/394,88 KJ			Energia: 31,31 Kcal /130,88 KJ			Energia: 37,27 Kcal /155,79 KJ			Energia: 42,20 Kcal / 176,40 KJ		
	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír
	0,54g	0,18g	0,00g	1,17g	0,09g	0,00g	0,36g	0,36g	0,00g	0,54g	0,18g	0,00g	0,63g	0,27g	0,00g
	Szénhidrát	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:
	7,65g	0,00g	0,01g	21,78g	0,00g	0,05g	6,30g	0,00g	0,01g	7,65g	0,00g	0,01g	8,82g	0,00g	0,00g
Ebéd	Halrudacska, Petrezselymes burgonya, Uborka saláta, Banán			Csirkemell pörkölt, Zöldbab főzelék, Alma			Bácskai rizseshús, Csemege uborka, Mandarin			Sült csirkecomb filé, Kelkáposzta főzelék, Alma			Párolt pulykacomb filé, Sárgarépa főzelék, Banán		
	Energia: 469,03 Kcal / 1960,55KJ			Energia: 279,27 Kcal /1167,35 KJ			Energia:480,86 Kcal /2009,99 KJ			Energia: 322,80 Kcal /1349,30 KJ			Energia:364,55 Kcal /1523,82 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	19,08g	18,20g	3,63g	20,44g	10,73g	1,83g	18,54g	20,95g	6,96g	18,51g	13,79g	1,90g	18,32g	13,01g	2,53g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	56,43g	1,00g	0,81g	24,27g	0,00g	0,80g	53,49g	0,00g	1,55g	30,29g	0,00g	0,62g	82,46g	1,86g	1,30g
	allergének: 1,7,3,4			1,7			10			1,7			1,7		
Uzsonna	Citromos tea, Kifli, Natúr vajkrém, Kápia paprika			Gyümölcstea, Teljes kiörlésű kenyér, Flóra margarin, Sajtos párizsi, Zöldpaprika			Citromos tea, Zsemle, Flóra margarin, Trappista sajt szelet, Uborka			Gyümölcstea, Kifli, Sonkás sajtkrém, Kaliforniai paprika			Tej, Belvita keksz szelet		
	Energia:156,55 Kcal /654,38 KJ			Energia: 212,59 Kcal /888,63 KJ			Energia: 292,64 Kcal / 1223,24 KJ			Energia: 164,09 Kcal /685,90 KJ			Energia: 142,07 Kcal /593,85 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	3,12g	0,35g	0,01g	6,57g	8,56g	2,21g	9,65g	10,20g	4,34g	3,71g	4,90g	0,01g	8,08g	4,39g	2,15g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	34,42g	14,99g	0,31g	25,43g	5,00g	0,79g	39,78g	14,99g	1,15g	23,90g	5,00g	0,31g	17,41g	0,00g	0,37g
	allergének:1,7,6			1,7			1,7,6			1,7,6			1,7,3,6,8		

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 - szezámm

12 - kéndioxid, szulfid

13 - csillagfűrt

14 - puhatestűek

15 - mesterséges

édesítőszer

16- édesgyökér