

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Citromos tea; Rozscipó(1,6); Tavaszi túrókrém(7); Uborka			Gyümölcsstea; Félbarna kenyér(1); Flóra margarin(7); Sertés párizsi(6); Zöldpaprika			Tejeskávé(7); Teljes kiőrlésű kenyér(1); Lenmagos sajtkrém(7); Paradicsom			Tej(7); Félbarna kenyér(1); Flóra margarin(7); Csirkemell sonka; Hónapos retek			Tejeskávé(7); Burgonyás kenyér(1); Magyaros vajkrém(7); Jégretek		
	Energia:230,08 Kcal /961,73 KJ			Energia:216,06 Kcal /903,13KJ			Energia:353,72 Kcal / 1478,55KJ			Energia:266,26 Kcal /1112,97 KJ			Energia:215,30 Kcal /899,95 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	7,50g	5,00g	1,71g	6,57g	8,31g	2,15g	16,12g	16,47g	6,98g	15,80g	8,04g	2,40g	10,71g	3,40g	1,48g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	37,94g	14,99g	0,16g	26,86g	5,00g	1,27g	34,85g	5,00g	1,22g	32,49g	0,00g	1,14g	35,28g	5,14g	1,04g
	allergének: 1,6,7			1,6,7			1,7			1,7			1,7		
Tízórai	Gyümölcslé 100%			Citromos tea			Gyümölcsstea			Mézes-citromos tea			Gyümölcslé 100%		
	Energia: 102,36 Kcal /427,86 KJ			Energia: 67,80 Kcal/283,40 KJ			Energia: 28,43 Kcal /118,84 KJ			Energia: 19,41 Kcal /81,13 KJ			Energia: 102,36 Kcal / 427,86 KJ		
	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír
	1,30g	0,36g	0,00g	0,08g	0,07g	0,00g	0,01g	0,00g	0,00g	0,06g	0,06g	0,00g	1,30g	0,36g	0,00g
	Szénhidrát	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:
	21,80g	0,00g	0,01g	15,99g	14,99g	0,00g	5,23g	5,00g	0,00g	4,28g	4,05g	0,00g	21,80g	0,00g	0,01g
Ebéd	Pritaminos sertés szelet(1,7); Tökfőzelék(1,7); Körte			Sült csirkecomb filé; Petrezselymes rizs; Csemege uborka(10); Banán			Húsfelfújt(1,3,7); Sárgarépa főzelék(1,7); Alma			Tonhal rudacska(1,3,4,7); Burgonyapüré(7); Paradicsom saláta; Körte			Vagdalt szelet(1,3,6,7); Zöldbab főzelék(1,7); Narancs		
	Energia: 424,39 Kcal /1773,95 KJ			Energia: 460,54 Kcal /1925,06 KJ			Energia:367,37 Kcal /1535,61 KJ			Energia:473,75 Kcal /1980,28 KJ			Energia:354,29 Kcal /1480,93 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	20,59g	21,77g	6,66g	18,70g	13,79g	4,05g	21,26g	15,76g	3,15g	19,88g	20,71g	4,97g	16,72g	14,76g	3,12g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	35,70g	1,00g	4,45g	64,50g	0,00g	1,62g	73,94g	1,86g	3,01g	51,39g	3,00g	0,73g	37,24g	0,00g	1,10g
	allergének: 1,7			10			1,3,7			1,3,4,7			1,3,6,7		
Uzsonna	Kakaó(7); Molnárka(1,3,6,7)			Tej(7); Zsemle(1,6); Teavaj(7); Lekvár			Citromos tea; Kifli(1,7); Flóra margarin(7); Kaliforniai paprika			Gyümölcsstea; Házi barackos joghurt(7); Babapiskóta(1,3,7)			Citromos tea; Korpás zsemle(1,6); Flóra margarin(7); Edami sajt szelet(7); Zöldpaprika		
	Energia:254,31 Kcal /1063,02 KJ			Energia: 343,55 Kcal /1436,04 KJ			Energia: 193,78Kcal /810,00 KJ			Energia: 225,03 Kcal /940,63 KJ			Energia: 255,50 Kcal /1067,99 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	10,43g	6,33g	3,05g	10,71g	13,19g	6,32g	3,12g	4,55g	0,78g	8,89g	1,24g	0,36g	8,78g	10,13g	4,20g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	38,62g	11,61g	0,64g	45,69g	11,94g	0,91g	34,43g	14,99g	0,32g	42,37g	26,64g	0,63g	31,57g	14,99g	0,74g
	allergének:1,3,6,7			1,6,7			1,7			1,3,7			1,6,7		

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, szulfít

13 - csillagfűrt

14 - puhatestűek

15 - mesterséges

édesítőszer

16- édesgyökér