

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Citromos tea Teljes kiörl. kenyér szelet (1) Flóra margarin (7) Gépsonka (1,6,7) Zöldpaprika			Tejeskávé (1,7) Félbarna kenyér (1,6,7) Lenmagos sajtkrém (7,1) Paradicsom			Citromos tea Félbarna kenyér (1,6,7) Sárgarépás margarin (7) Uborka			Tej (7) Kalács (1,3,7)			Kakaó (7,1) Félbarna kenyér (1,6,7) Flóra margarin (7) Zala felvágott (1,6,7) Paradicsom		
	Energia:235,32 Kcal /983,64 KJ			Energia:362,49 Kcal /1515,21 KJ			Energia:238,98 Kcal /998,94 KJ			Energia: 258,31 Kcal /1079,74 KJ			Energia: 336,40 Kcal /1406,15 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	8,56 g	6,23 g	1,27 g	16,34 g	16,38 g	6,94 g	4,29 g	7,50 g	1,90 g	11,51 g	7,20 g	3,35 g	14,34 g	11,95 g	4,04 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	35,48 g	14,99 g	0,61 g	37,02 g	5,00 g	1,63 g	37,64 g	14,99 g	0,91 g	36,54 g	3,05 g	0,67 g	42,67 g	9,99 g	1,58 g
	allergének: 1,7,6			1,7,6			1,6,7			1,3,7			1,7,6		
Tízórai	Limonádé			Gyümölcstea			Gyümölcstea			Gyümölcstea			Limonádé		
	Energia:29,18 Kcal /121,97 KJ			Energia:28,43 Kcal /118,84 KJ			Energia:28,43 Kcal / 118,84KJ			Energia:28,43 Kcal / 118,84 KJ			Energia: 29,18 Kcal /121,97 KJ		
	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír
	0,10 g	0,10 g	0,00 g	0,01 g	0,00 g	0,00 g	0,01 g	0,00 g	0,00 g	0,01 g	0,00 g	0,00 g	0,10 g	0,10 g	0,00 g
	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:	Szénhidrát:	Cukor:	Só:
	6,11 g	5,00 g	0,00 g	5,23 g	5,00 g	0,00 g	5,23 g	5,00 g	0,00 g	5,23 g	5,00 g	0,00 g	6,11 g	5,00 g	0,00 g
Ebéd	Sült virsli (1,6,7,10) Burgonyafőzelék (1,7) Nektarin			Natúr csirkemell filé (1) Kukorica főzelék (1,7) Szilva			Rakott karfiol s.hús (1,3,7) Banán			Hentes sertéstokány (1,10,,6,7) Tészta köret (1,3) Körte			Zabpelyhes húsgombóc (1,3) Karalábé főzelék (1,7) Alma		
	Energia:433,08 Kcal /1810,27 KJ			Energia:427,18 Kcal /1785,61 KJ			Energia: 388,93 Kcal / 1625,73 KJ			Energia: 523,09 Kcal / 2186,52 KJ			Energia:290,08 Kcal / 1212,53 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	13,17 g	20,38 g	5,71 g	24,59 g	102,58 g	12,34 g	16,33 g	13,64 g	2,75 g	25,36 g	22,07 g	5,37 g	16,10 g	10,03 g	1,76 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	48,57 g	0,00 g	1,63 g	52,69 g	0,00 g	0,77 g	49,38 g	0,00 g	0,96 g	55,02 g	0,00 g	9,53 g	59,77 g	0,24 g	0,82 g
	allergének: 1,7,6,10			1,7			1,3,7			1,3,10,6,7			1,3,7		
Uzsonna	Tej (7) Molnárka (1,3,7) Vaj (7)			Citromos tea Graham kenyér (1,6,7), Vajkrém Uborka			Tej (7) Kifli (1), Flóra margarin (7) Méz			Citromos tea Rozscipó, Flóra margarin (7) Sajtos párizsi (7,1,6) Zöldpaprika			Limonádé Háztatási keksz (1,12, 3,5,6,7,8) Szilva		
	Energia:254,06 Kcal /1061,97 KJ			Energia:177,04 Kcal /740,03 KJ			Energia:281,67 Kcal/1177,38 KJ			Energia: 252,96 Kcal /1057,37 KJ			Energia: 154,72Kcal /646,73 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	9,35 g	13,25 g	6,40 g	4,34 g	0,49 g	0,00 g	9,70 g	7,41 g	2,39 g	5,66 g	8,81 g	2,17 g	2,78 g	91,46 g	11,01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	24,05 g	1,21 g	0,53 g	37,96 g	14,99 g	0,68 g	43,90 g	16,20 g	0,57 g	37,07 g	14,99 g	0,39 g	30,89 g	8,70 g	0,19 g
	allergének: 1,3,7			1,6,7			1,7			7,1,6			1,12,3,5,6,7,9		

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