

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Tejeskávé 1,7, Teljes kiőrlésű kenyér 1, Flóra margarin 7, Zala felvágott 1,6,7, Zöldpaprika			Tej 7, Félbarna kenyér 1,6, Krémsajt 7, Uborka			Citromos tea , Rozscipó, Flóra margarin 7, Trappista sajt 7, 1, Paradicsom			Kakaó 7,1, Burgonyás kenyér 1,12, Flóra margarin 7, Párizsi 1,6,7,10, Kaliforniai paprika			Tejeskávé 1,7, Félbarna kenyér 1,6,7, Flóra margarin 7, Főtt Tojás 3, Paradicsom		
	Energia: 293,98 Kcal /1228,84 KJ			Energia: 250,01 Kcal /1045,04KJ			Energia: 279,91 Kcal / 1170,02KJ			Energia: 332,00 Kcal / 1387,76KJ			Energia: 320,33 Kcal /1338,98 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	13,23g	11,44g	3,73g	11,60g	8,04g	1,63g	8,56g	10,61g	4,35g	14,00g	11,92g	3,98g	15,69g	12,14g	3,49g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	34,38g	5,00g	1,14g	32,13g	0,00g	1,08g	36,84g	14,99g	0,50g	41,99g	9,99g	1,53g	36,89g	5,00g	1,19g
	allergének:														
Tízórai	Gyümölcstea			Citromos tea			Limonádé			Gyümölcstea			Gyümölcstea		
	Energia:28,43 Kcal / 118,84KJ			Energia:67,80 Kcal/283,40 KJ			Energia: 29,18 Kcal /121,97KJ			Energia:28,43 Kcal /118,84 KJ			Energia: 28,43Kcal/118,84KJ		
	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír	Fehérje:	Zsír:	T.Zsír
	0,01g			0,08g	0,07g		0,10g	0,10g		0,01g			0,01g		
	Szénhidrát	Cukor: 5,00g	Só:	Szénhidrát:	Cukor: 14,99g	Só:	Szénhidrát:	Cukor: 5,00g	Só:	Szénhidrát:	Cukor: 5,00g	Só:	Szénhidrát:	Cukor 5,00g	Só:
	5,23g			15,99g			6,11g			5,23g			5,23g		
Ebéd	Sertés aprópecsenye, Zöldborsó főzelék, 1,7,9, Nektarin			Sült csirkecombfilé, Petrezselymes burgonya, Csemege uborka 10, Szilva			Rakott sárgarépa 1,3,7, Nektarin			Vagdaltszelet s.húsból 1,3, Tökfőzelék 1,7, Alma			Bácskai rizseshús , Uborkasaláta, Körte,		
	Energia:440,89 Kcal / 1842,92KJ			Energia: 347,74 Kcal /1453,55 KJ			Energia: 299,72 Kcal /1252,83KJ			Energia: 365,37Kcal /1527,25 KJ			Energia:498,25Kcal /2082,69KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	26,25g	17,42g	3,38g	17,79g	101,05g	14,36g	14,30g	9,19g	2,23g	16,28g	14,95g	2,82g	18,97g	21,03g	3,51g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	43,95g	0,33g	0,92g	42,59g		1,49g	65,90g	0,24g	0,87g	40,46g	1,00g	1,82g	57,56g	1,00g	0,69g
	allergének: 1,7,9,			10			1,3,7,			1,3,7,					
Uzsonna	Citromos tea, Zsemle 1, Vajkrém, Paradicsom			Gyümölcstea , Korpás zsemle 1, Tonhálpástétom 3,4,7, Zöldpaprika			Tej 7, Fatörzs kifli , Vaj 7,			Citromos tea , Kifli 1, Kockasajt 7,1, Uborka			Citromos tea , Korpás zsemle 1, Flóra margarin 7, Csirkemell sonka, Zöldpaprika		
	Energia:183,27Kcal / 766,07KJ			Energia:182,78 Kcal /764,02 KJ			Energia:313,10 Kcal/1308,76KJ			Energia: 190,68 Kcal / 797,04KJ			Energia: 207,65Kcal /867,98 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	4,11g	0,40g	0,01g	7,58g	6,73g	1,72g	10,76g	14,52g	6,93g	4361g	3,20g	1,56g	8314g	5,21g	0,82g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	39,96g	14,99g	0,64g	20,58g	5,00g	0,56g	37,17g	4,49g	0,59g	35,00g	14,99g	0,46g	31,31g	14,99g	0,34g
	allergének: 1,			1,3,4,7,			1,3,7			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, szulfít

13 - csillagfűrt

14 - puhatestűek

15 - mesterséges

édesítőszer

16- édesgyökér