



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Tea (gyümölcs) + Sajtos rúd +	Tej + Margarin + Zöldpaprika kg + Korpás kenyér (tízó,uzs) +	Tej + Vaj + Méz mini (reggeli)+ Kenyer félbarna T,U+	Kakaó + Főtt tojás + Margarin + Magvas kenyér T,U +	Tej + Kalács (tízórai)+
Összetevők	En: 230,8 kcal Zs: 10,0 g Tz: 5,5 g Fe: 3,9 g Sz: 30,1 g Cu: 10,6 g So: 1,0 g	En: 306,7 kcal Zs: 8,7 g Tz: 0,8 g Fe: 12,6 g Sz: 41,4 g Cu: 11,9 g So: 0,8 g	En: 407,5 kcal Zs: 15,7 g Tz: 6,6 g Fe: 12,4 g Sz: 51,7 g Cu: 11,8 g So: 0,8 g	En: 420,3 kcal Zs: 14,1 g Tz: 0,8 g Fe: 18,6 g Sz: 51,7 g Cu: 21,6 g So: 1,3 g	En: 294,0 kcal Zs: 9,3 g Tz: 1,6 g Fe: 11,4 g Sz: 39,2 g Cu: 15,5 g So: 0,4 g
Allergének	glutén, tejféle	tejféle, , glutén	tejféle, , glutén	glutén, tejféle, tojás, szeszámag, szója	tejféle, glutén, tojás
Ebéd - A	Sárgaborsó leves kolbással + Tejbedara + Kakaó szórat + Alma + Kenyer félbarna E+	Brokkoli krémleves + Rántott s.borda + Tört burgonya + Céklás vitamin saláta + Kenyer félbarna E+	Szegedi tarhonya leves + Sóskamártás + Húsgombóc + Kenyer félbarna E+	Vegyes gyümölcs leves + Sajtos halfilé + Vegyesköret + Mandarin + Kenyer félbarna E+	Májgaluska leves + Sajtkrémes penne csirkesonkával+ Körte + Kenyer félbarna E+
Összetevők	En: 942,4 kcal Zs: 25,5 g Tz: 12,4 g Fe: 38,9 g Sz: 128,5 g Cu: 51,9 g So: 2,9 g	En: 691,1 kcal Zs: 14,2 g Tz: 1,1 g Fe: 26,9 g Sz: 109,6 g Cu: 1,7 g So: 3,2 g	En: 673,4 kcal Zs: 25,5 g Tz: 1,3 g Fe: 19,7 g Sz: 88,3 g Cu: 26,2 g So: 3,6 g	En: 1244,3 kcal Zs: 25,4 g Tz: 4,8 g Fe: 40,8 g Sz: 201,5 g Cu: 20,9 g So: 2,5 g	En: 685,6 kcal Zs: 170,1 g Tz: 5,5 g Fe: 31,3 g Sz: 93,4 g Cu: 2,6 g So: 3,7 g
Allergének	glutén, tejféle	zeller, tejféle, tojás, glutén, , diófélék	glutén, tojás, tejféle	tejféle, glutén, hal, zeller,	zeller, glutén, tojás, szója, tejféle,
Uzsonna - A	Kenőmájas (gyulai) + Magvas kenyér T,U +	Kefír + Diákrúd +	Felvágott csirke sonka + Margarin ráma+ Retek csomó + Magvas kenyér T,U +	Gyümölcs joghurt + Vajas kifli +	Szalámi (Ausztria) + Vajkrém natúr + Graham kenyér T,U+
Összetevők	En: 231,3 kcal Zs: 7,7 g Tz: 0,2 g Fe: 8,7 g Sz: 29,5 g Cu: 0,1 g So: 1,8 g	En: 209,1 kcal Zs: 5,7 g Tz: 3,5 g Fe: 9,2 g Sz: 29,4 g Cu: 4,6 g So: 0,9 g	En: 233,4 kcal Zs: 8,1 g Tz: 1,2 g Fe: 8,1 g Sz: 30,6 g Cu: 0,3 g So: 1,8 g	En: 219,7 kcal Zs: 4,0 g Tz: 2,5 g Fe: 6,7 g Sz: 26,7 g Cu: 16,6 g So: 0,7 g	En: 291,9 kcal Zs: 16,1 g Tz: 7,0 g Fe: 8,6 g Sz: 24,9 g Cu: 0,2 g So: 1,5 g
Allergének	glutén, szeszámag, szója	tejféle, glutén	szója, tejféle, , glutén, szeszámag	tejféle, glutén	tejféle, glutén
S Energia - A	1404,52 kcal	1206,85 kcal	1314,25 kcal	1884,4 kcal	1271,59 kcal