



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Tejeskávé + Lapka sajt + Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Kakaó + Zsemle (mákkal szórt) +	Tej + Natúr kukorica pehely +	Tej + Vaj + Kenyér félbarna T,U+	Tea + Sajtkrém 100gr-os + Kenyér félbarna T,U+
Összetevők	En: 824,5 kcal Zs: 47,7 g Tz: 22,7 g Fe: 40,0 g Sz: 55,6 g Cu: 23,0 g So: 2,6 g	En: 316,2 kcal Zs: 7,5 g Tz: 0,5 g Fe: 12,0 g Sz: 48,0 g Cu: 21,9 g So: 0,8 g	En: 286,8 kcal Zs: 6,8 g Tz: 0,1 g Fe: 10,3 g Sz: 44,8 g Cu: 13,2 g So: 0,3 g	En: 375,0 kcal Zs: 15,7 g Tz: 6,6 g Fe: 12,4 g Sz: 43,6 g Cu: 11,8 g So: 0,8 g	En: 243,9 kcal Zs: 4,0 g Tz: 2,4 g Fe: 6,4 g Sz: 44,0 g Cu: 11,2 g So: 0,9 g
Allergének	tejféle, glutén	glutén, tejféle	tejféle	tejféle, glutén	tejféle, glutén
Ebéd - A	Májgaluska leves + Paradicsom mártás + Húsgombóc + Korpás kenyér (ebéd) +	Magyaros karfiol leves+ Búbos hús + Margarinos burgonya + Majonézes káposztasaláta + Kenyér félbarna E+	Meggy leves + Parajjal töltött jércemell + Tarkarizs + Mandarin + Kenyér félbarna E+	Zöldség leves + Burgonyafőzelék + Stefánia vagdalt + Alma + Korpás kenyér (ebéd) +	Lencsegulyás + Rakott álom + Sárgabarack öntet + Kenyér félbarna E+ Körte +
Összetevők	En: 593,1 kcal Zs: 18,9 g Tz: 1,3 g Fe: 21,7 g Sz: 80,5 g Cu: 28,0 g So: 4,1 g	En: 794,5 kcal Zs: 45,9 g Tz: 2,7 g Fe: 23,3 g Sz: 68,8 g Cu: 1,4 g So: 5,3 g	En: 852,0 kcal Zs: 27,0 g Tz: 3,9 g Fe: 35,9 g Sz: 117,4 g Cu: 20,9 g So: 3,0 g	En: 617,6 kcal Zs: 28,8 g Tz: 2,3 g Fe: 18,1 g Sz: 68,6 g Cu: 2,7 g So: 3,7 g	En: 841,9 kcal Zs: 18,7 g Tz: 5,0 g Fe: 44,7 g Sz: 123,9 g Cu: 30,5 g So: 1,6 g
Allergének	zeller, glutén, tojás	zeller, glutén, tojás, tejféle, mustár	tejféle, glutén, zeller,	zeller, glutén, tejféle, tojás,	glutén, tejféle, tojás,
Uzsonna - A	Zala felvágott + Margarin + Zöldpaprika kg + Graham kenyér T,U+	Túró rudi + Kifli +	Sajtkrém házi + Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Parizer krém + Magvas kenyér T,U +	Poharas tej + Kifli sajtos+
Összetevők	En: 207,4 kcal Zs: 6,6 g Tz: 3,1 g Fe: 7,9 g Sz: 25,8 g Cu: 0,2 g So: 1,1 g	En: 218,1 kcal Zs: 6,4 g Tz: 5,9 g Fe: 6,3 g Sz: 32,9 g Cu: 11,9 g So: 0,5 g	En: 254,7 kcal Zs: 11,0 g Tz: 0,6 g Fe: 8,0 g Sz: 29,2 g Cu: 0,3 g So: 0,9 g	En: 194,2 kcal Zs: 4,9 g Tz: 1,7 g Fe: 6,3 g Sz: 29,5 g Cu: 0,2 g So: 1,5 g	En: 198,7 kcal Zs: 4,0 g Tz: 2,5 g Fe: 9,0 g Sz: 30,4 g Cu: 10,1 g So: 0,8 g
Allergének	szója, tejféle, glutén	tejféle, glutén	tejféle, glutén	tejféle, glutén, szezám, szója	tejféle, glutén
Energia - A	1625 kcal	1328,84 kcal	1393,5 kcal	1186,7 kcal	1284,53 kcal