



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	<b>Tej + Vajas pogácsa +</b>	<b>Tej + Csokis gabonagolyó +</b>	<b>Tea + Sajtkrém + Zöldpaprika kg + Magvas kenyér T,U +</b>	<b>Kakaó + Vaj + Paradicsom + Kenyér félbarna T,U+</b>	<b>Tej + Kalács (tízórai)+</b>
Összetevők	En: 317,3 kcal Zs: 14,2 g Tz: 4,3 g Fe: 11,0 g Sz: 34,2 g Cu: 12,5 g So: 1,3 g	En: 207,2 kcal Zs: 7,5 g Tz: 0,6 g Fe: 10,2 g Sz: 23,1 g Cu: 17,0 g So: 0,1 g	En: 251,6 kcal Zs: 155,1 g Tz: 2,9 g Fe: 7,6 g Sz: 42,2 g Cu: 11,4 g So: 1,5 g	En: 427,9 kcal Zs: 16,0 g Tz: 6,6 g Fe: 13,4 g Sz: 55,1 g Cu: 21,6 g So: 0,8 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	tejféle, glutén, tojás	tejféle, glutén, szója	tejféle, , glutén, szezám, szója	glutén, tejféle,	tejféle, glutén, tojás
Ebéd - A	<b>Hamis gulyásleves + Húsgombóc + Karáalbé főzelék + Müzli szelet + Korpás kenyér (ebéd) +</b>	<b>Eperkrém leves + Rántott csirkemell+ Burgonyapüré + Fitt káposzta saláta + Kenyér félbarna E+</b>	<b>Francia hagymaleves + Kölesgolyó + Paradicsomos halragu pennetésztaival + Alma + Kenyér félbarna E+</b>	<b>Zöldség leves + Gyöngybab főzelék + Sült csirkecomb + Kukoricás kenyér +</b>	<b>Tárkonyos csirkebecsinált leves + Mákos metélt+ Meggy + Korpás kenyér (ebéd) +</b>
Összetevők	En: 675,3 kcal Zs: 30,7 g Tz: 4,2 g Fe: 16,9 g Sz: 79,7 g Cu: 21,8 g So: 3,8 g	En: 942,9 kcal Zs: 34,2 g Tz: 9,0 g Fe: 31,9 g Sz: 124,3 g Cu: 31,9 g So: 4,0 g	En: 738,9 kcal Zs: 22,4 g Tz: 3,1 g Fe: 31,7 g Sz: 99,4 g Cu: 4,1 g So: 3,0 g	En: 773,9 kcal Zs: 30,1 g Tz: 5,5 g Fe: 35,2 g Sz: 81,8 g Cu: 3,8 g So: 4,8 g	En: 784,2 kcal Zs: 25,7 g Tz: 2,8 g Fe: 29,1 g Sz: 112,5 g Cu: 21,4 g So: 3,6 g
Allergének	zeller, tojás, glutén, tejféle, diófélék, földimogyoró, szója	tejféle, glutén, tojás,	tejféle, glutén, , hal,	zeller, glutén, tejféle, tojás	tejféle, zeller, glutén, tojás,
Uzsonna - A	<b>Kenőmájas + Zöldpaprika kg + Graham kenyér T,U+</b>	<b>Pizzás szendvicsskrém + Retek kg-os + Rozsos kenyér +</b>	<b>Gyümölcs joghurt + Vajas kifli +</b>	<b>Krémtúró /dán/+ Kenyér félbarna T,U+</b>	<b>Poharas tej + Szundi +</b>
Összetevők	En: 228,7 kcal Zs: 8,0 g Tz: 1,0 g Fe: 9,4 g Sz: 25,6 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g	En: 216,5 kcal Zs: 5,2 g Tz: 1,1 g Fe: 3,6 g Sz: 32,9 g Cu: 0,1 g So: 1,0 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: 234,4 kcal Zs: 4,4 g Tz: 2,8 g Fe: 6,3 g Sz: 40,7 g Cu: 7,5 g So: 0,9 g	En: 236,0 kcal Zs: 4,4 g Tz: 2,7 g Fe: 10,3 g Sz: 38,3 g Cu: 10,5 g So: 0,5 g
Allergének	glutén	szója, tejféle, , glutén	tejféle, glutén	tejféle, glutén	tejféle, glutén, szezám
S Energia - A	1221,33 kcal	1366,54 kcal	1210,16 kcal	1436,17 kcal	1314,16 kcal