



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Tejeskávé + Vajkrém natúr + Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Tej + Csokoládés müzli +	Kakaó + Tönkölybúzas pogácsa +	Gyümölcs joghurt + Briós +	Tea + Sajtós rúd +
Összetevők	En: 376,0 kcal Zs: 13,0 g Tz: 3,1 g Fe: 11,9 g Sz: 50,0 g Cu: 21,2 g So: 0,8 g	En: 313,2 kcal Zs: 14,0 g Tz: 4,1 g Fe: 11,5 g Sz: 34,1 g Cu: 19,0 g So: 0,1 g	En: 355,6 kcal Zs: 14,0 g Tz: 3,8 g Fe: 12,0 g Sz: 44,0 g Cu: 21,6 g So: 1,1 g	En: 287,6 kcal Zs: 5,9 g Tz: 3,4 g Fe: 7,7 g Sz: 35,5 g Cu: 20,9 g So: 0,7 g	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
Allergének	glutén, tejféle	tejféle, glutén, szója	glutén, tejféle, szója	tejféle, glutén, tojás	glutén, tejféle
Ebéd - A	Csurgatott tojás leves + Zöldborsó főzelék + Karottás vagdalt + Túró rudi + Rozsos kenyér (ebéd)+	Alma leves + Burgonyapaprikás virslivel,galuskával + Uborka saláta + Korpás kenyér (ebéd) +	Paradicsom leves + Rakott karfiol hajdinával+ Meggyes piskóta + Kenyér félbarna E+	Zöldségkrém leves + Csirkemell rizottó + Vegyes befőtt + Kenyér félbarna E+	Májgaluska leves + Rakott álom + Sárgabarack öntet + Körte + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 731,0 kcal Zs: 28,0 g Tz: 7,4 g Fe: 26,0 g Sz: 88,8 g Cu: 24,5 g So: 3,2 g	En: 706,2 kcal Zs: 19,9 g Tz: 5,2 g Fe: 18,2 g Sz: 110,9 g Cu: 25,8 g So: 2,0 g	En: 983,6 kcal Zs: 36,3 g Tz: 4,0 g Fe: 35,5 g Sz: 124,7 g Cu: 43,9 g So: 2,9 g	En: 636,1 kcal Zs: 14,5 g Tz: 2,4 g Fe: 25,0 g Sz: 100,7 g Cu: 4,6 g So: 2,3 g	En: 745,5 kcal Zs: 16,3 g Tz: 4,9 g Fe: 35,6 g Sz: 111,3 g Cu: 30,5 g So: 2,2 g
Allergének	tojás, glutén, tejféle, hal, szója, zeller	tejféle, glutén, szója, tojás,	glutén, tojás, tejféle, mustár, szója	zeller, tejféle, tojás, glutén,	zeller, glutén, tojás, tejféle, ,
Uzsonna - A	Felvágott cigánysonka + Margarin delma+ Zöldpaprika kg + Kenyér félbarna R,V+	Sajtkrém (zöldfűszeres) + Retek csomó + Graham kenyér T,U+	Szalámi (Ausztria) + Margarin flóra+ Korpás kenyér (tizó,uzs) + Zöldpaprika kg +	Halpástétom + Uborka + Magvas kenyér T,U +	Poharas tej + Korpás kifli +
Összetevők	En: 45,2 kcal Zs: 2,9 g Tz: 1,5 g Fe: 3,3 g Sz: 1,4 g Cu: 0,2 g So: 0,7 g	En: 200,6 kcal Zs: 155,3 g Tz: 3,7 g Fe: 7,9 g Sz: 27,0 g Cu: 1,6 g So: 1,2 g	En: 263,0 kcal Zs: 11,1 g Tz: 3,9 g Fe: 8,7 g Sz: 30,0 g Cu: 0,4 g So: 1,4 g	En: 332,5 kcal Zs: 65,1 g Tz: 1,3 g Fe: 15,4 g Sz: 31,1 g Cu: 0,8 g So: 1,3 g	En: 214,6 kcal Zs: 4,2 g Tz: 2,5 g Fe: 10,4 g Sz: 32,7 g Cu: 9,6 g So: 1,0 g
Allergének	szója, tejféle	tejféle, , glutén	tejféle, glutén	mustár, tojás, tejféle, , glutén, szezám, szója	tejféle, glutén
Σ Energia - A	1152,24 kcal	1219,9 kcal	1602,11 kcal	1256,07 kcal	1190,87 kcal