



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	<b>Tejeskávé + Süni +</b>	<b>Tej + Méz mini (reggeli)+ Vaj + Kenyér félbarna T,U+</b>	<b>Tea + Croissant +</b>	<b>Kakaó + Kalács (tízórai)+</b>	<b>Tej + Vajkrém magyaros + Rozsos kenyér +</b>
Összetevők	En: 318,1 kcal Zs: 7,3 g Tz: 0,7 g Fe: 11,6 g Sz: 50,3 g Cu: 22,2 g So: 0,3 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: 260,5 kcal Zs: 10,7 g Tz: 5,7 g Fe: 3,9 g Sz: 35,7 g Cu: 12,2 g So: 1,1 g	En: 340,1 kcal Zs: 9,6 g Tz: 1,6 g Fe: 12,1 g Sz: 49,5 g Cu: 25,3 g So: 0,4 g	En: 350,2 kcal Zs: 13,7 g Tz: 3,2 g Fe: 8,1 g Sz: 41,7 g Cu: 11,7 g So: 0,6 g
Allergének	glutén, tejféle, szeszámag	tejféle, , glutén	glutén, tejféle	glutén, tejféle, tojás	tejféle, glutén
Ebéd - A	<b>Májgaluska leves + Sült virsli + Tökfőzelék + Csokoládé (szelet) + Kenyér félbarna E+</b>	<b>Francia hagymaleves + Sajtos brokkoli alatt sült csirkemell + Pírtott bulgur + Őszibarack + Kenyér félbarna E+</b>	<b>Palóc leves "Gundel módra" + Palacsintaogyorókrémes+ Kenyér félbarna E+</b>	<b>Zöldborsó leves + Paradicsom mártás + Húsgombóc + Alma + Kenyér félbarna E+</b>	<b>Vegyes gyümölcs leves + Stefánia vagdalt + Margarinos burgonya + Kovászos uborka + Kenyér félbarna E+</b>
Összetevők	En: 761,4 kcal Zs: 44,4 g Tz: 15,1 g Fe: 25,6 g Sz: 62,2 g Cu: 15,0 g So: 4,0 g	En: 896,4 kcal Zs: 34,0 g Tz: 8,9 g Fe: 37,5 g Sz: 113,2 g Cu: 2,9 g So: 3,4 g	En: 1012,1 kcal Zs: 45,8 g Tz: 8,0 g Fe: 24,9 g Sz: 119,7 g Cu: 41,1 g So: 1,2 g	En: 656,6 kcal Zs: 18,1 g Tz: 1,1 g Fe: 21,5 g Sz: 99,8 g Cu: 30,4 g So: 4,1 g	En: 1230,0 kcal Zs: 31,7 g Tz: 8,1 g Fe: 23,6 g Sz: 192,4 g Cu: 21,4 g So: 4,6 g
Allergének	zeller, glutén, tojás, szója, tejféle, diófélék, földimogyoró, szeszámag	tejféle, glutén,	tejféle, glutén, tojás, diófélék, földimogyoró	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás,	tejféle, glutén, tojás,
Uzsonna - A	<b>Felvágott csirke sonka + Margarin delma+ Zöldpaprika kg + Magvas kenyér T,U +</b>	<b>Kefír + Korpás kifli +</b>	<b>Párizsi felvágott (sertés) + Margarin ráma+ Paradicsom + Kenyér félbarna T,U+</b>	<b>Lapka sajt + Vaj + Kukoricás kenyér + Zöldpaprika kg +</b>	<b>Kenőmájás + Zöldpaprika kg + Korpás kenyér (tizó,uzs) +</b>
Összetevők	En: 195,3 kcal Zs: 3,7 g Tz: 1,7 g Fe: 8,1 g Sz: 30,8 g Cu: 0,3 g So: 1,9 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: 264,1 kcal Zs: 10,7 g Tz: 4,6 g Fe: 7,4 g Sz: 33,1 g Cu: 0,1 g So: 1,2 g	En: 757,7 kcal Zs: 51,0 g Tz: 29,5 g Fe: 33,2 g Sz: 34,7 g Cu: 2,1 g So: 2,6 g	En: 235,3 kcal Zs: 7,6 g Tz: 0,2 g Fe: 9,1 g Sz: 29,8 g Cu: 0,2 g So: 1,4 g
Allergének	szója, tejféle, glutén, szeszámag	tejféle, glutén	tejféle, , glutén	tejféle, glutén	glutén
S Energia - A	1274,79 kcal	1513,01 kcal	1536,6 kcal	1754,38 kcal	1815,5 kcal