



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Tej + Fatörzs kifli +	Tej + Tojáskrém + Zöldpaprika kg + Kenyér félbarna T,U+	Kakaó + Vaj + Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Tea + Sajtos rúd +	Tea + Kenőmájas + Kenyér félbarna T,U+
Összetevők	En: 321,8 kcal Zs: 10,0 g Tz: 2,0 g Fe: 12,4 g Sz: 44,2 g Cu: 16,2 g So: 0,5 g	En: 352,6 kcal Zs: 11,1 g Tz: 0,7 g Fe: 15,5 g Sz: 44,8 g Cu: 12,0 g So: 0,9 g	En: 412,5 kcal Zs: 16,1 g Tz: 6,6 g Fe: 13,0 g Sz: 50,9 g Cu: 21,8 g So: 0,8 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	En: 278,6 kcal Zs: 7,4 g Tz: 0,2 g Fe: 8,8 g Sz: 42,0 g Cu: 9,9 g So: 1,4 g
Allergének	tejféle, glutén, tojás	tejféle, mustár, tojás, , glutén	glutén, tejféle	glutén, tejféle	glutén
Ebéd - A	Tarhonya leves + Zöldbab főzelék + Sertés sült (egész) + Kenyér félbarna E+	Brokkoli krémleves + Pizza + Görögdinnye + Kenyér félbarna E+	Kömény leves + Zsemlekočka + Rántott sajt (m)+ Píritott burgonya (fokhagymás) + Kovászos uborka + Kenyér félbarna E+	Húsleves + Cérnamentélt + Párolt csirkeemell + Alma mártás + Píritott dara + Kenyér félbarna E+	Erdélyi csorba húsgombóccal + Túrós batyu + Őszibarack + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 520,3 kcal Zs: 21,6 g Tz: 2,6 g Fe: 23,3 g Sz: 55,3 g Cu: 2,2 g So: 3,6 g	En: 229,3 kcal Zs: 6,3 g Tz: 2,3 g Fe: 7,9 g Sz: 34,5 g Cu: 1,6 g So: 1,7 g	En: 503,3 kcal Zs: 13,5 g Tz: 1,1 g Fe: 11,2 g Sz: 70,3 g Cu: 2,3 g So: 2,8 g	En: 534,1 kcal Zs: 9,3 g Tz: 1,5 g Fe: 22,8 g Sz: 90,1 g Cu: 22,6 g So: 3,3 g	En: 585,0 kcal Zs: 25,4 g Tz: 7,5 g Fe: 16,3 g Sz: 69,6 g Cu: 5,6 g So: 2,2 g
Allergének	glutén, tojás, tejféle	zeller, tejféle, tojás, glutén, ,	tejféle, glutén, , , ,	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás,	zeller, tejféle, tojás, glutén,
Uzsonna - A	Felvágott toust sonka + Margarin delma+ Zöldpaprika kg + Kenyér félbarna T,U+	Mogyorókrém + Kenyér félbarna T,U+	Sajtkrém + Zöldpaprika kg + Kukoricás kenyér +	Zala krém + Paradicsom + Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Lapka sajt + Margarin liga+ Kenyér félbarna T,U+
Összetevők	En: 197,8 kcal Zs: 3,1 g Tz: 1,0 g Fe: 6,9 g Sz: 34,1 g Cu: 0,3 g So: 1,3 g	En: 378,1 kcal Zs: 12,7 g Tz: 4,4 g Fe: 6,0 g Sz: 57,5 g Cu: 24,9 g So: 0,8 g	En: 224,0 kcal Zs: 154,9 g Tz: 3,3 g Fe: 7,4 g Sz: 30,6 g Cu: 1,6 g So: 1,1 g	En: 201,0 kcal Zs: 4,9 g Tz: 1,8 g Fe: 6,8 g Sz: 30,3 g Cu: 0,3 g So: 0,9 g	En: 678,9 kcal Zs: 43,5 g Tz: 23,2 g Fe: 33,0 g Sz: 37,5 g Cu: 2,0 g So: 2,7 g
Allergének	szója, tejféle, glutén	diófélék, földimogyoró, glutén	tejféle, , glutén	szója, tejféle, , glutén	tejféle, glutén
S Energia - A	1039,91 kcal	960 kcal	1139,79 kcal	965,89 kcal	1542,61 kcal