



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Tej + Vajas pogácsa +	Tojáskrém + Tea + Kenyér félbarna T,U+	Tejeskávé + Briós +	Tej + Graham kenyér T,U+ Kockasajt +	Vajas kifli + Gyümölcs joghurt epres házi +
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: 251,1 kcal Zs: 4,9 g Tz: 0,7 g Fe: 7,7 g Sz: 42,4 g Cu: 10,1 g So: 0,9 g	En: 356,5 kcal Zs: 9,5 g Tz: 1,9 g Fe: 11,7 g Sz: 53,5 g Cu: 26,1 g So: 0,5 g	En: 324,3 kcal Zs: 10,7 g Tz: 3,3 g Fe: 14,1 g Sz: 38,4 g Cu: 13,0 g So: 1,1 g	En: 288,2 kcal Zs: 7,8 g Tz: 5,2 g Fe: 10,4 g Sz: 45,6 g Cu: 22,3 g So: 0,7 g
Allergének	tejféle, glutén, tojás	mustár, tojás, tejféle, , glutén	glutén, tejféle, tojás	tejféle, glutén	glutén, tejféle
Ebéd - A	Csurgatott tojás leves + Rakott zöldbab + Kenyér félbarna E+ Müzli szelet +	Párolt rizs + Kenyér félbarna E+ Karálé leves + Lecsós csirkemell + Sárgadinnye +	Csirkemájjal töltött sertés borda + Levesgyöngy + Sóska leves + Burgonyapüré + Paprika saláta + Kenyér félbarna E+	Csontleves + Kenyér félbarna E+ Párolt sertésszelet + Vegyes gyümölcs mártás + Cérumetél +	Csöben sült gazdagon + Őszibarack + Kenyér félbarna E+ Savanyú burgonya leves sertés hússal+
Összetevők	En: 702,6 kcal Zs: 31,2 g Tz: 3,3 g Fe: 20,7 g Sz: 81,6 g Cu: 7,6 g So: 2,0 g	En: 558,5 kcal Zs: 15,7 g Tz: 2,0 g Fe: 21,2 g Sz: 82,6 g Cu: 3,8 g So: 4,3 g	En: 754,9 kcal Zs: 30,0 g Tz: 7,8 g Fe: 27,8 g Sz: 90,7 g Cu: 22,6 g So: 4,3 g	En: 1026,3 kcal Zs: 12,5 g Tz: 0,9 g Fe: 28,5 g Sz: 189,1 g Cu: 22,6 g So: 2,7 g	En: 995,8 kcal Zs: 27,9 g Tz: 2,2 g Fe: 33,6 g Sz: 97,8 g Cu: 6,5 g So: 2,1 g
Allergének	tojás, glutén, tejféle, diófélék, földimogyoró, szója	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	tojás, glutén, , tejféle,	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás,	tejféle, tojás, glutén, mustár, szója,
Uzsonna - A	Margarin flóra+ Sonka felvágott + Zöldpaprika kg + Graham kenyér T,U+	Poharas tej + Diákrúd +	Teljeskiérlésű kenyér E+ Sajtkrém + Retek csomó +	Magvas kenyér E+ Uborka + Vaj + Szalámi (Ausztria) +	Rozsos kenyér + Zöldpaprika kg + Halpástétom +
Összetevők	En: 186,7 kcal Zs: 4,0 g Tz: 2,0 g Fe: 8,3 g Sz: 25,9 g Cu: 0,3 g So: 1,5 g	En: 214,6 kcal Zs: 4,2 g Tz: 2,5 g Fe: 10,3 g Sz: 32,7 g Cu: 9,6 g So: 1,0 g	En: 66,5 kcal Zs: 154,3 g Tz: 2,7 g Fe: 3,1 g Sz: 3,7 g Cu: 1,4 g So: 0,3 g	En: 260,2 kcal Zs: 18,1 g Tz: 9,6 g Fe: 6,5 g Sz: 16,9 g Cu: 0,2 g So: 1,2 g	En: 340,8 kcal Zs: 65,4 g Tz: 1,5 g Fe: 11,3 g Sz: 32,0 g Cu: 0,7 g So: 0,8 g
Allergének	tejféle, szója, glutén	tejféle, glutén	glutén, tejféle	glutén, szezámmag, szója, , tejféle	glutén, , mustár, tojás, tejféle
S Energia - A	1206,7 kcal	1024,18 kcal	1177,94 kcal	1610,86 kcal	1624,83 kcal