



| Étkezés | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------------|---|---|--|--|--|
| Tízórai - A | Tej + Briós + | Tej + Rozsos kenyér (ebéd)+ Tojáskrém + | Tea + Korpás kenyér (tizó,uzs) + Tejfölös-túró + | Lapka sajt + Tejescávé + Kenyér félbarna T,U+ Vaj + | Uborka + Kakaó + Korpás kenyér (tizó,uzs) + Vajkrém natúr + |
| Összetevők | En: 322,7 kcal Zs: 9,8 g Tz: 1,9 g Fe: 12,0 g Sz: 44,1 g Cu: 16,8 g So: 0,5 g | En: 268,1 kcal Zs: 11,1 g Tz: 0,7 g Fe: 10,7 g Sz: 27,1 g Cu: 11,8 g So: 0,5 g | En: 233,6 kcal Zs: 3,3 g Tz: 1,0 g Fe: 8,5 g Sz: 40,1 g Cu: 10,8 g So: 0,8 g | En: 915,0 kcal Zs: 56,6 g Tz: 29,1 g Fe: 40,2 g Sz: 58,7 g Cu: 23,0 g So: 2,6 g | En: 391,9 kcal Zs: 13,6 g Tz: 3,1 g Fe: 13,3 g Sz: 51,4 g Cu: 21,7 g So: 0,8 g |
| Allergének | tejféle, glutén, tojás | tejféle, glutén, mustár, tojás | glutén, tejféle | tejféle, glutén | glutén, tejféle |
| Ebéd - A | Rozsos kenyér (ebéd)+ Fasírt + Finomfőzelék + Piritott tarhonya leves+ Nektarin+ | Orsótészta + Tormás burgonyaleves+ Csirkepörkölt + Csemege uborka + Szőlő + Kenyér félbarna E+ | Párolt rizs + Párolt zöldség 1/2 + Karalábé leves + Kenyér félbarna E+ Panírozott halrudacska + | Uborka saláta + Burgonyapaprikás virslivel,galuskával + Alma leves + Kenyér félbarna E+ | Kéfires gyümölcsös sütemény (házi) + Főtt tojás + Parajmártás + Gulyás leves + Kenyér félbarna E+ |
| Összetevők | En: 598,9 kcal Zs: 22,1 g Tz: 1,9 g Fe: 17,3 g Sz: 78,7 g Cu: 6,1 g So: 5,1 g | En: 772,3 kcal Zs: 26,2 g Tz: 4,9 g Fe: 29,2 g Sz: 99,3 g Cu: 7,3 g So: 3,9 g | En: 681,9 kcal Zs: 24,3 g Tz: 1,7 g Fe: 18,8 g Sz: 95,1 g Cu: 3,6 g So: 3,5 g | En: 708,6 kcal Zs: 19,8 g Tz: 5,3 g Fe: 18,2 g Sz: 112,4 g Cu: 25,6 g So: 2,0 g | En: 759,4 kcal Zs: 31,2 g Tz: 3,5 g Fe: 29,5 g Sz: 90,4 g Cu: 15,2 g So: 3,4 g |
| Allergének | glutén, tojás, tejféle | glutén, tejféle, , , | glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller | tojás, szója, glutén, tejféle | tojás, tejféle, glutén, zeller |
| Uzsonna - A | Graham kenyér T,U+ Margarin ráma+ Szalámi (Ausztria) + | Süni + Gyümölcs joghurt + | Magvas kenyér R,V + Retek csomó + Sajtkrém házi + | Zöldpaprika kg + Magvas kenyér T,U + Kenőmájas (gyulai) + | Poharas tej + Búzacsírás diákrúd + |
| Összetevők | En: 289,9 kcal Zs: 15,9 g Tz: 4,2 g Fe: 8,6 g Sz: 24,9 g Cu: 0,2 g So: 1,5 g | En: 249,2 kcal Zs: 3,6 g Tz: 2,2 g Fe: 7,6 g Sz: 32,3 g Cu: 17,0 g So: 0,5 g | En: 267,0 kcal Zs: 11,2 g Tz: 0,6 g Fe: 8,5 g Sz: 31,7 g Cu: 0,2 g So: 1,4 g | En: 237,4 kcal Zs: 7,8 g Tz: 0,2 g Fe: 9,1 g Sz: 30,4 g Cu: 0,1 g So: 1,8 g | En: 229,0 kcal Zs: 6,7 g Tz: 2,0 g Fe: 11,1 g Sz: 31,6 g Cu: 9,2 g So: 0,3 g |
| Allergének | glutén, tejféle | glutén, szezámmag, tejféle | glutén, szezámmag, szója, , tejféle | glutén, szezámmag, szója | tejféle, glutén |
| S Energia - A | 1211,49 kcal | 1289,67 kcal | 1182,47 kcal | 1860,94 kcal | 1380,23 kcal |