



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap	
<b>Reggeli - A</b>							
Tea +	Tea +	Tejeskávé +	Tea +	Karamellás tej+	Tea +	Kakaó +	
Tápanyag jellemzők	En: 121,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 30,2 g Cu: 29,4 g So: - Hs: -	En: 121,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 30,2 g Cu: 29,4 g So: - Hs: -	En: 284,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 37,5 g Cu: 37,1 g So: - Hs: - glutén, tejszíne	En: 121,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 30,2 g Cu: 29,4 g So: - Hs: -	En: 284,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 37,5 g Cu: 37,1 g So: - Hs: - tejszíne	En: 121,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 30,2 g Cu: 29,4 g So: - Hs: -	En: 294,6 kcal Zs: 9,8 g Tz: - Fe: 12,3 g Sz: 38,0 g Cu: 37,1 g So: - Hs: - glutén, tejszíne
Allergének							
Erdélyi szalonna +	Főtt kolbász +	Kalács (reggeli)+	Tojásrántotta +	Felvágott májusi csemege+	Húspástétom	Méz mini (reggeli)+	
Tápanyag jellemzők	En: 441,0 kcal Zs: 45,0 g Tz: 19,0 g Fe: 8,0 g Sz: 1,0 g Cu: 0,1 g So: 2,9 g Hs: -	En: 364,4 kcal Zs: 30,5 g Tz: 12,4 g Fe: 21,7 g Sz: 0,4 g Cu: - So: 2,7 g Hs: -	En: 315,3 kcal Zs: 6,3 g Tz: 3,2 g Fe: 7,9 g Sz: 55,0 g Cu: 7,6 g So: 0,8 g Hs: - glutén, tejszíne, tojás	En: 473,8 kcal Zs: 43,4 g Tz: 3,8 g Fe: 17,8 g Sz: 0,8 g Cu: - So: 2,2 g Hs: 1,9 g tojás	En: 88,8 kcal Zs: 7,1 g Tz: 7,1 g Fe: 4,2 g Sz: 1,9 g Cu: 0,2 g So: 1,1 g Hs: - glutén, szója	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 65,1 kcal Zs: - Tz: - Fe: 0,1 g Sz: 16,2 g Cu: - So: - Hs: -
Allergének							
Kenyér félbarna R,V+	Mustár +		Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Margarin flóra leight+	
Tápanyag jellemzők	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 33,0 kcal Zs: 1,8 g Tz: 0,1 g Fe: 1,5 g Sz: 2,7 g Cu: 1,4 g So: 0,6 g Hs: - mustár	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - glutén, szója	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - glutén, szója	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - glutén, szója	En: 53,8 kcal Zs: 6,0 g Tz: 1,2 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,1 g Hs: -	
Allergének							
	Kenyér félbarna R,V+					Kenyér félbarna R,V+	
Tápanyag jellemzők	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - glutén, szója					En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - glutén, szója	
Allergének							
<b>Tízórai - A</b>							
Tej +	Alma +	Jam mini +	Alma +	Vajkrém magyaros +	Krémtúró (90g) +	Kalács (tízórai)+	
Tápanyag jellemzők	En: 204,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 17,5 g Cu: 17,5 g So: - Hs: -	En: 46,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 10,5 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -	En: 62,2 kcal Zs: - Tz: - Fe: 0,1 g Sz: 17,8 g Cu: - So: - Hs: -	En: 46,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 10,5 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -	En: 101,1 kcal Zs: 11,3 g Tz: 4,9 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,1 g Hs: - tejszíne	En: 205,9 kcal Zs: 7,9 g Tz: - Fe: 13,6 g Sz: 3,4 g Cu: - So: - Hs: - tejszíne	En: 157,6 kcal Zs: 3,1 g Tz: 1,6 g Fe: 4,0 g Sz: 27,5 g Cu: 3,8 g So: 0,4 g Hs: - glutén, tejszíne, tojás
Allergének							
		Kenyér félbarna T,U+		Kenyér félbarna T,U+			
Tápanyag jellemzők		En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g So: 0,8 g Hs: - glutén, szója		En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g So: 0,8 g Hs: - glutén, szója			
Allergének							



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Ebéd - A</b>						
Fahéjas alma leves +	Brokkoli krémleves +	Tavaszi zöldség leves +	Daragaluska leves +	Gulyás leves +	Olasz zöldségleves +	Csontleves cérnametéttel +
Tápanyag jellemzők En: 283,7 kcal Zs: 4,4 g Tz: 0,9 g Fe: 2,8 g Sz: 58,4 g Cu: 40,1 g So: 0,0 g Hs: - Allergének tejfőle, glutén	En: 137,4 kcal Zs: 6,8 g Tz: 2,4 g Fe: 6,2 g Sz: 12,5 g Cu: 2,2 g So: 1,8 g Hs: 1,2 g zeller, tojás, tejfőle, glutén	En: 96,2 kcal Zs: 3,7 g Tz: 0,3 g Fe: 3,4 g Sz: 12,2 g Cu: 2,1 g So: 2,1 g Hs: 1,9 g zeller, glutén, hal, szója, tejfőle, tojás	En: 125,0 kcal Zs: 4,7 g Tz: 0,2 g Fe: 3,7 g Sz: 16,7 g Cu: 0,1 g So: 1,9 g Hs: 1,0 g glutén, hal, szója, tejfőle, tojás, zeller	En: 293,4 kcal Zs: 14,7 g Tz: 1,3 g Fe: 18,6 g Sz: 26,9 g Cu: 0,6 g So: 2,3 g Hs: 1,9 g tojás, zeller, glutén	En: 236,5 kcal Zs: 15,3 g Tz: 1,1 g Fe: 6,8 g Sz: 17,6 g Cu: 0,7 g So: 3,1 g Hs: 1,9 g zeller, tejfőle, glutén, tojás	En: 102,9 kcal Zs: 3,6 g Tz: 0,2 g Fe: 3,4 g Sz: 13,7 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g Hs: 1,4 g glutén, hal, szója, tejfőle, tojás, zeller
Gyulai sertés szelet +	Levesgyöngy +	Hagymás sültcsirkemáj +	Stefánia vagdalt +	Tejbedara +	Sertés flekken +	Sertésborda zöldséges raguval +
Tápanyag jellemzők En: 369,8 kcal Zs: 23,4 g Tz: 1,0 g Fe: 24,9 g Sz: 10,9 g Cu: 1,8 g So: 0,8 g Hs: - Allergének glutén	En: 27,1 kcal Zs: 1,7 g Tz: 0,8 g Fe: 0,4 g Sz: 2,5 g Cu: 0,0 g So: 0,0 g Hs: -	En: 349,4 kcal Zs: 23,8 g Tz: 3,4 g Fe: 32,5 g Sz: 2,5 g Cu: 0,2 g So: 2,3 g Hs: 1,9 g	En: 372,0 kcal Zs: 27,9 g Tz: 1,5 g Fe: 16,3 g Sz: 11,5 g Cu: 0,1 g So: 1,8 g Hs: 1,4 g tojás, glutén, szója	En: 563,8 kcal Zs: 12,8 g Tz: 0,3 g Fe: 19,7 g Sz: 89,8 g Cu: 52,7 g So: 2,2 g Hs: 2,2 g tejfőle, glutén	En: 243,8 kcal Zs: 17,9 g Tz: 0,6 g Fe: 18,9 g Sz: 0,2 g Cu: 0,1 g So: 1,5 g Hs: 1,0 g	En: 308,1 kcal Zs: 18,5 g Tz: 3,4 g Fe: 26,5 g Sz: 6,8 g Cu: 0,5 g So: 2,2 g Hs: 1,0 g tejfőle
Rövidcső tészta +	Barbecue csirkecomb +	Burgonyapüré +	Tejfőlös burgonyafőzelék +	Kakaó szórát +	Pirított burgonya +	Pirított bulgur +
Tápanyag jellemzők En: 419,0 kcal Zs: 7,8 g Tz: 1,2 g Fe: 14,0 g Sz: 73,0 g Cu: 4,5 g So: 0,3 g Hs: 0,2 g Allergének glutén, tojás	En: 462,5 kcal Zs: 34,3 g Tz: 7,6 g Fe: 31,0 g Sz: 7,0 g Cu: 2,7 g So: 4,0 g Hs: 1,4 g glutén, mustár, szója, tejfőle, tojás, zeller	En: 483,7 kcal Zs: 18,8 g Tz: 4,0 g Fe: 15,8 g Sz: 60,9 g Cu: 2,5 g So: 2,3 g Hs: 1,9 g tejfőle, tojás, glutén	En: 376,3 kcal Zs: 13,4 g Tz: 1,4 g Fe: 7,5 g Sz: 54,6 g Cu: 4,9 g So: 1,5 g Hs: 1,4 g tejfőle, glutén	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g So: 0,0 g Hs: - glutén	En: 384,8 kcal Zs: 9,8 g Tz: 1,3 g Fe: 8,0 g Sz: 64,0 g Cu: - So: 0,3 g Hs: 0,3 g	En: 583,0 kcal Zs: 19,8 g Tz: 2,6 g Fe: 14,8 g Sz: 92,1 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g Hs: 1,4 g glutén, hal, szója, tejfőle, tojás, zeller
Cékla saláta +	Pirított bulgur +	Csemege uborka +	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Vegyes vágott savanyúság +	Kenyér félbarna E+
Tápanyag jellemzők En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: - Allergének	En: 583,0 kcal Zs: 19,8 g Tz: 2,6 g Fe: 14,8 g Sz: 92,1 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g Hs: 1,4 g glutén, hal, szója, tejfőle, tojás, zeller	En: 35,3 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,3 g Cu: 0,5 g So: 0,6 g Hs: -	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója	En: 11,3 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,9 g Cu: - So: - Hs: -	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója
Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+			Kenyér félbarna E+	
Tápanyag jellemzők En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - Allergének glutén, szója	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója			En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója	
<b>Ebéd - B</b>						
Fahéjas alma leves +	Brokkoli krémleves +	Tavaszi zöldség leves +	Daragaluska leves +	Gulyás leves +		
Tápanyag jellemzők En: 283,7 kcal Zs: 4,4 g Tz: 0,9 g Fe: 2,8 g Sz: 58,4 g Cu: 40,1 g So: 0,0 g Hs: - Allergének tejfőle, glutén	En: 137,4 kcal Zs: 6,8 g Tz: 2,4 g Fe: 6,2 g Sz: 12,5 g Cu: 2,2 g So: 1,8 g Hs: 1,2 g zeller, tojás, tejfőle, glutén	En: 96,2 kcal Zs: 3,7 g Tz: 0,3 g Fe: 3,4 g Sz: 12,2 g Cu: 2,1 g So: 2,1 g Hs: 1,9 g zeller, glutén, hal, szója, tejfőle, tojás	En: 125,0 kcal Zs: 4,7 g Tz: 0,2 g Fe: 3,7 g Sz: 16,7 g Cu: 0,1 g So: 1,9 g Hs: 1,0 g glutén, hal, szója, tejfőle, tojás, zeller	En: 293,4 kcal Zs: 14,7 g Tz: 1,3 g Fe: 18,6 g Sz: 26,9 g Cu: 0,6 g So: 2,3 g Hs: 1,9 g tojás, zeller, glutén		



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
-------	------	--------	-----------	--------	---------	----------

## Ebéd - B

	Sertés pörkölt +	Rántott sajt (m)+	Tejszínes csirkeapró+	Húsgombóc +	Stíriai metélt +
Tápanyag jellemzők	En: 458,2 kcal Zs: 38,9 g Tz: 1,3 g Fe: 22,1 g Sz: 2,2 g Cu: 0,1 g So: 2,0 g Hs: 1,9 g	En: 263,0 kcal Zs: 19,0 g Tz: 1,0 g Fe: 8,8 g Sz: 22,4 g Cu: - So: 1,0 g Hs: -	En: 205,8 kcal Zs: 11,9 g Tz: 4,4 g Fe: 22,9 g Sz: 3,5 g Cu: 1,6 g So: 1,1 g Hs: 0,8 g	En: 282,3 kcal Zs: 18,6 g Tz: - Fe: 15,0 g Sz: 11,9 g Cu: - So: 1,4 g Hs: 1,4 g	En: 743,7 kcal Zs: 25,8 g Tz: 5,2 g Fe: 33,2 g Sz: 93,6 g Cu: 22,4 g So: 0,4 g Hs: 0,1 g
Allergének		glutén, tejszíne, tojás	glutén, hal, szója, tejszíne, tojás, zeller	tojás	tejszíne, tojás, glutén

	Galuska +	Párolt rizs +	Pirított bulgur +	Paradicsom mártás +	Kenyér félbarna E+
Tápanyag jellemzők	En: 595,0 kcal Zs: 4,3 g Tz: 0,8 g Fe: 20,9 g Sz: 114,6 g Cu: 0,3 g So: 0,3 g Hs: 0,3 g	En: 586,1 kcal Zs: 18,9 g Tz: 2,6 g Fe: 10,0 g Sz: 93,8 g Cu: 0,1 g So: 1,3 g Hs: 1,0 g	En: 583,0 kcal Zs: 19,8 g Tz: 2,6 g Fe: 14,8 g Sz: 92,1 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g Hs: 1,4 g	En: 418,6 kcal Zs: 10,1 g Tz: 1,5 g Fe: 6,4 g Sz: 73,7 g Cu: 49,0 g So: 4,4 g Hs: 4,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: -
Allergének	tojás, glutén	glutén, hal, szója, tejszíne, tojás, zeller	glutén, hal, szója, tejszíne, tojás, zeller	glutén	glutén, szója

	Kenyér félbarna E+	Tartármártás +	Kenyér félbarna E+	Főtt burgonya kocka 1/2 adag +
Tápanyag jellemzők	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: -	En: 244,2 kcal Zs: 22,9 g Tz: 1,2 g Fe: 2,4 g Sz: 5,6 g Cu: 2,6 g So: 0,3 g Hs: -	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: -	En: 160,4 kcal Zs: 0,3 g Tz: - Fe: 4,3 g Sz: 34,0 g Cu: - So: 0,2 g Hs: 0,1 g
Allergének	glutén, szója	tejszíne, mustár, tojás	glutén, szója	

	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+
Tápanyag jellemzők	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: -	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, szója

## Uzsonna - A

	Mézes puszedli lekváros+	Kockasajt +	Nápolyi +	Kefír +	Sonkakrém (sertés)+	Mézes puszedli lekváros+	Csokoládé (szület) +
Tápanyag jellemzők	En: 270,0 kcal Zs: 5,7 g Tz: 4,3 g Fe: 2,7 g Sz: 49,2 g Cu: 27,6 g So: 0,1 g Hs: -	En: 46,5 kcal Zs: 3,5 g Tz: 2,3 g Fe: 1,6 g Sz: 2,1 g Cu: 1,2 g So: 0,2 g Hs: -	En: 153,8 kcal Zs: 8,8 g Tz: 3,4 g Fe: 1,6 g Sz: 16,8 g Cu: 7,3 g So: 0,1 g Hs: -	En: 82,5 kcal Zs: 4,5 g Tz: 3,0 g Fe: 4,7 g Sz: 5,8 g Cu: 4,2 g So: 0,1 g Hs: -	En: 113,4 kcal Zs: 11,3 g Tz: 5,3 g Fe: 3,0 g Sz: 0,5 g Cu: 0,2 g So: 0,6 g Hs: -	En: 270,0 kcal Zs: 5,7 g Tz: 4,3 g Fe: 2,7 g Sz: 49,2 g Cu: 27,6 g So: 0,1 g Hs: -	En: 140,3 kcal Zs: 8,6 g Tz: 5,0 g Fe: 2,1 g Sz: 12,8 g Cu: 12,6 g So: 0,1 g Hs: -
Allergének	glutén, szója, tojás	tejszíne	diófélék, glutén, tejszíne, tojás	tejszíne	tejszíne, szója	glutén, szója, tojás	diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója, tejszíne

	Kenyér félbarna T,U+	Kenyér félbarna T,U+
Tápanyag jellemzők	En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g So: 0,8 g Hs: -	En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g So: 0,8 g Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, szója



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Vacsora - A</b>						
Sonkakrém (sertés)+	Lasagne +	Tea +	Mákos guba+	Disznósajt +	Tej +	Sajt mozzarella +
Tápanyag En: 113,4 kcal Zs: 11,3 g jellemzők Tz: 5,3 g Fe: 3,0 g Sz: 0,5 g Cu: 0,2 g So: 0,6 g Hs: - Allergének tejfőle, szőja	En: 1254,9 kcal Zs: 53,7 g Tz: 9,1 g Fe: 50,5 g Sz: 138,3 g Cu: 23,3 g So: 1,4 g Hs: 0,3 g tejfőle, glutén	En: 121,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 30,2 g Cu: 29,4 g So: - Hs: -	En: 850,7 kcal Zs: 26,8 g Tz: 3,4 g Fe: 25,8 g Sz: 125,3 g Cu: 51,6 g So: 1,6 g Hs: - glutén, tejfőle	En: 271,6 kcal Zs: 22,3 g Tz: 9,0 g Fe: 16,9 g Sz: 0,8 g Cu: 0,3 g So: 2,7 g Hs: -	En: 204,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 17,5 g Cu: 17,5 g So: - Hs: - tejfőle	En: 90,6 kcal Zs: 6,6 g Tz: 3,3 g Fe: 7,5 g Sz: 0,3 g Cu: 0,3 g So: 0,5 g Hs: - tejfőle
Kenyér félbarna R,V+		Diákcsemege +		Kenyér félbarna E+	Sajtos-bacon-ős csiga (f)+	Vaj +
Tápanyag En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g jellemzők Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - Allergének glutén, szőja		En: 193,6 kcal Zs: 17,4 g Tz: 7,1 g Fe: 9,0 g Sz: 0,2 g Cu: 0,1 g So: 0,7 g Hs: -		En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szőja	En: 403,3 kcal Zs: 22,9 g Tz: 8,7 g Fe: 9,6 g Sz: 39,8 g Cu: 1,1 g So: 2,8 g Hs: - glutén, tejfőle	En: 149,2 kcal Zs: 16,4 g Tz: 11,6 g Fe: 0,2 g Sz: 0,2 g Cu: 0,1 g So: - Hs: - tejfőle
Retek hónapos +		Margarin +		Retek hónapos +		Korpás kenyér (reggeli, vacsora) +
Tápanyag En: 4,5 kcal Zs: 0,0 g jellemzők Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 0,7 g Cu: - So: - Hs: - Allergének		En: 111,6 kcal Zs: 12,6 g Tz: 5,9 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,0 g Hs: - tejfőle		En: 4,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 0,7 g Cu: - So: - Hs: -		En: 246,7 kcal Zs: 1,0 g Tz: 0,4 g Fe: 7,9 g Sz: 48,0 g Cu: 0,4 g So: 1,3 g Hs: - glutén, szőja
		Kenyér félbarna R,V+				
Tápanyag En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g jellemzők Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - Allergének glutén, szőja		En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: - glutén, szőja				
SEnergia-A 2879,52kcal	3624,66kcal	2754,73kcal	2839,62kcal	2631,7kcal	2472,85kcal	2583,2kcal
SEnergia-B 1467,34kcal	1361,21kcal	1015,46kcal	1116,76kcal	1167,47kcal	0kcal	0kcal

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só