



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A					
	Vaníliás tej +	Tej +	Tejturmix epres házi +	Tea +	Tej +
Tápanyag jellemzők	En: 186,1 kcal Zs: 6,4 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 23,5 g Cu: 21,5 g So: - Hs: -	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -	En: 167,3 kcal Zs: 5,0 g Tz: - Fe: 6,5 g Sz: 22,8 g Cu: 22,6 g So: - Hs: -	En: 41,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 10,2 g Cu: 9,8 g So: - Hs: -	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -
Allergének	tejféle	tejféle	tejféle		tejféle
	Kifli (tönkölyös)+	Tojáskrém +	Szundi +	Kockasajt +	Fahéjas csiga +
Tápanyag jellemzők	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 92,2 kcal Zs: 8,8 g Tz: 3,0 g Fe: 2,9 g Sz: 0,4 g Cu: 0,1 g So: 0,1 g Hs: -	En: 147,9 kcal Zs: 1,4 g Tz: 0,7 g Fe: 4,5 g Sz: 29,1 g Cu: 1,3 g So: 0,3 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: 255,1 kcal Zs: 10,4 g Tz: 5,5 g Fe: 4,1 g Sz: 34,8 g Cu: 14,4 g So: 0,5 g Hs: -
Allergének	glutén	tojás, mustár, tejféle	glutén, szeszámag, tejféle	tejféle	glutén, tejféle, tojás
		Korpás kenyér (tizó,uzs) +		Magvas zsemle +	
Tápanyag jellemzők		En: 148,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 4,7 g Sz: 28,8 g Cu: 0,2 g So: 0,8 g Hs: -		En: 98,0 kcal Zs: 1,6 g Tz: 0,3 g Fe: 3,2 g Sz: 16,8 g Cu: 0,3 g So: 0,6 g Hs: -	
Allergének		glutén, szója		glutén, szeszámag, szója	
Ebéd - A					
	Zöldbab leves +	Pírtott tészta leves +	Sajtkrém leves +	Daragaluska leves +	Erdélyi csorba húsgombóccal +
Tápanyag jellemzők	En: 104,6 kcal Zs: 4,4 g Tz: 0,5 g Fe: 2,6 g Sz: 13,3 g Cu: 2,6 g So: 0,8 g Hs: 0,8 g	En: 91,3 kcal Zs: 3,2 g Tz: 0,5 g Fe: 2,8 g Sz: 12,4 g Cu: 0,4 g So: 1,8 g Hs: 1,2 g	En: 247,1 kcal Zs: 18,3 g Tz: 3,2 g Fe: 10,1 g Sz: 10,0 g Cu: 1,8 g So: 0,3 g Hs: -	En: 81,7 kcal Zs: 3,4 g Tz: 0,2 g Fe: 2,3 g Sz: 10,3 g Cu: 0,1 g So: 1,2 g Hs: 0,6 g	En: 193,6 kcal Zs: 11,6 g Tz: 0,4 g Fe: 6,8 g Sz: 14,3 g Cu: 0,3 g So: 1,3 g Hs: 1,0 g
Allergének	tejféle, glutén	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	tejféle, glutén	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	tojás, tejféle, zeller, glutén
	Zöldséges rizses hús+	Debreceni páros +	Rántott halfilé +	Nemzeti szelet +	Répa torta+
Tápanyag jellemzők	En: 835,3 kcal Zs: 15,3 g Tz: 1,3 g Fe: 22,1 g Sz: 60,2 g Cu: 0,1 g So: 0,2 g Hs: -	En: 184,0 kcal Zs: 16,2 g Tz: 6,6 g Fe: 9,4 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 1,5 g Hs: -	En: 268,6 kcal Zs: 6,6 g Tz: 1,1 g Fe: 20,2 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g Hs: 1,0 g	En: 153,3 kcal Zs: 7,1 g Tz: 0,0 g Fe: 12,2 g Sz: 9,0 g Cu: 1,9 g So: 1,4 g Hs: 1,2 g	En: 277,6 kcal Zs: 10,7 g Tz: 1,4 g Fe: 4,5 g Sz: 40,1 g Cu: 19,6 g So: 0,0 g Hs: -
Allergének	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller		hal, tojás, glutén	tejféle, glutén	tojás, glutén
	Őszibarack befőtt +	Tejfölös burgonyafőzelék +	Pritaminos bulgur+	Csőtészta +	Kenyér félbarna E+
Tápanyag jellemzők	En: 32,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 8,7 g Cu: 8,0 g So: - Hs: -	En: 251,8 kcal Zs: 10,7 g Tz: 1,1 g Fe: 4,8 g Sz: 32,8 g Cu: 2,5 g So: 1,0 g Hs: 1,0 g	En: 312,3 kcal Zs: 8,2 g Tz: 1,1 g Fe: 8,8 g Sz: 54,1 g Cu: 0,1 g So: 1,0 g Hs: 0,8 g	En: 258,1 kcal Zs: 5,4 g Tz: 0,8 g Fe: 8,4 g Sz: 43,8 g Cu: 2,7 g So: 0,3 g Hs: 0,2 g	En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -
Allergének		tejféle, glutén	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, tojás	glutén, szója



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A					
	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Remoulade-mártás	Kenyér félbarna E+	
Tápanyag jellemzők	En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 141,9 kcal Zs: 13,1 g Tz: 0,7 g Fe: 1,4 g Sz: 2,7 g Cu: 0,8 g So: 0,3 g Hs: -	En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	tejféle, mustár, tojás	glutén, szója	
			Kenyér félbarna E+		
Tápanyag jellemzők			En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -		
Allergének			glutén, szója		
Uzsonna - A					
	Pizzás szendvicskrém +	Teljes kiőrlésű kakaós keksz +	Kenőmájás +	Kacsa-, libazsír +	Sajtkrém (magyaros) +
Tápanyag jellemzők	En: 71,5 kcal Zs: 7,0 g Tz: 3,2 g Fe: 1,3 g Sz: 1,1 g Cu: 0,1 g So: 0,3 g Hs: -	En: 0,2 kcal Zs: 0,1 g Tz: 0,0 g Fe: 0,0 g Sz: 0,3 g Cu: 0,1 g So: - Hs: -	En: 81,3 kcal Zs: 6,9 g Tz: - Fe: 4,0 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,7 g Hs: -	En: 147,4 kcal Zs: 15,8 g Tz: - Fe: 0,1 g Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 38,2 kcal Zs: 107,9 g Tz: 1,9 g Fe: 1,7 g Sz: 1,2 g Cu: 1,0 g So: 0,2 g Hs: -
Allergének	tejféle, szója	földimogyoró, glutén, szója, tejféle			tejféle
	Korpás kenyér (tizó,uzs) +		Uborka +	Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Kenyér félbarna T,U+
Tápanyag jellemzők	En: 148,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 4,7 g Sz: 28,8 g Cu: 0,2 g So: 0,8 g Hs: -		En: 2,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,3 g Cu: - So: - Hs: -	En: 148,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 4,7 g Sz: 28,8 g Cu: 0,2 g So: 0,8 g Hs: -	En: 101,7 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 3,1 g Sz: 20,7 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: -
Allergének	glutén, szója			glutén, szója	glutén, szója
	Retek hónapos +		Teljes kiőrlésű kenyér T,U +	Zöldpaprika kg +	
Tápanyag jellemzők	En: 4,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 0,7 g Cu: - So: - Hs: -		En: 136,4 kcal Zs: 1,0 g Tz: 0,3 g Fe: 4,8 g Sz: 23,7 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 4,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,6 g Cu: - So: - Hs: -	
Allergének			glutén		
S Energia-A	1460,74kcal	982,12kcal	1583,53kcal	1056,69kcal	1080,87kcal