

Hétfő				Kedd				Szerda				Csütörtök				Péntek				Szombat				Vasárnap																		
Reggeli - A																																										
Tea +				Kakaó +				Tea +				Tej +				Tea +				Tea +				Tejeskávé +																		
Tápanyag jellemzők	En:	121,5	kcal	Zs:	0,0	g	En:	294,6	kcal	Zs:	9,8	g	En:	121,5	kcal	Zs:	0,0	g	En:	121,5	kcal	Zs:	0,0	g	En:	284,6	kcal	Zs:	9,2	g												
	Tz:	-		Fe:	0,0	g	Tz:	-		Fe:	12,3	g	Tz:	-		Fe:	0,0	g	Tz:	-		Fe:	0,0	g	Tz:	-		Fe:	11,2	g												
	Sz:	30,2	g	Cu:	29,4	g	Sz:	38,0	g	Cu:	37,1	g	Sz:	30,2	g	Cu:	29,4	g	Sz:	30,2	g	Cu:	29,4	g	Sz:	37,5	g	Cu:	37,1	g												
	So:	-		Hs:	-		So:	-		Hs:	-		So:	-		Hs:	-		So:	-		Hs:	-		So:	-		Hs:	-													
Allergének				tejféle, glutén								tejféle												tejféle, glutén																		
Párizsi felvágott (sertés) +				Vajkrém natúr +				lekváros táska				Margarin ráma+				Vaj +				Zala krém +				Jam mini +																		
Tápanyag jellemzők	En:	78,2	kcal	Zs:	6,5	g	En:	101,1	kcal	Zs:	11,3	g	En:	561,8	kcal	Zs:	22,5	g	En:	111,6	kcal	Zs:	12,6	g	En:	149,2	kcal	Zs:	16,4	g	En:	86,8	kcal	Zs:	8,4	g						
	Tz:	2,5	g	Fe:	4,3	g	Tz:	4,9	g	Fe:	0,1	g	Tz:	12,6	g	Fe:	8,4	g	Tz:	5,9	g	Fe:	0,1	g	Tz:	11,6	g	Fe:	0,2	g	Tz:	2,5	g	Fe:	2,5	g						
	Sz:	0,1	g	Cu:	0,0	g	Sz:	0,1	g	Cu:	-		Sz:	75,6	g	Cu:	28,0	g	Sz:	0,1	g	Cu:	0,1	g	Sz:	0,2	g	Cu:	0,1	g	Sz:	0,4	g	Cu:	0,1	g						
	So:	0,7	g	Hs:	-		So:	0,1	g	Hs:	-		So:	1,1	g	Hs:	-		So:	0,0	g	Hs:	-		So:	-		Hs:	-		So:	0,2	g	Hs:	-							
Allergének				tejféle				glutén, tejféle, tojás				tejféle				tejféle				szója																						
Margarin +				Kenyér félbarna R,V+								Olasz felvágott +				Méz mini (reggeli)+				Kenyér félbarna R,V+				Margarin +																		
Tápanyag jellemzők	En:	111,6	kcal	Zs:	12,6	g	En:	260,8	kcal	Zs:	0,8	g		En:	100,8	kcal	Zs:	8,6	g	En:	65,1	kcal	Zs:	-		En:	260,8	kcal	Zs:	0,8	g	En:	111,6	kcal	Zs:	12,6	g					
	Tz:	5,9	g	Fe:	0,1	g	Tz:	0,3	g	Fe:	8,0	g		Tz:	3,5	g	Fe:	5,1	g	Tz:	-		Fe:	0,1	g	Tz:	0,3	g	Fe:	8,0	g	Tz:	5,9	g	Fe:	0,1	g					
	Sz:	0,1	g	Cu:	0,1	g	Sz:	53,0	g	Cu:	0,2	g		Sz:	0,8	g	Cu:	0,0	g	Sz:	16,2	g	Cu:	-		Sz:	53,0	g	Cu:	0,2	g	Sz:	0,1	g	Cu:	0,1	g					
	So:	0,0	g	Hs:	-		So:	1,3	g	Hs:	-		So:	0,4	g	Hs:	-		So:	0,4	g	Hs:	-		So:	-		Hs:	-		So:	0,0	g	Hs:	-							
Allergének				tejféle				glutén, szója				szója								szója				glutén, szója				tejféle														
Kenyér félbarna R,V+												Kenyér félbarna R,V+				Kenyér félbarna R,V+				Uborka +				Kenyér félbarna R,V+																		
Tápanyag jellemzők	En:	260,8	kcal	Zs:	0,8	g							En:	260,8	kcal	Zs:	0,8	g	En:	260,8	kcal	Zs:	0,8	g	En:	4,8	kcal	Zs:	0,0	g	En:	260,8	kcal	Zs:	0,8	g						
	Tz:	0,3	g	Fe:	8,0	g							Tz:	0,3	g	Fe:	8,0	g	Tz:	0,3	g	Fe:	8,0	g	Tz:	-		Fe:	0,4	g	Tz:	0,3	g	Fe:	8,0	g						
	Sz:	53,0	g	Cu:	0,2	g							Sz:	53,0	g	Cu:	0,2	g	Sz:	16,2	g	Cu:	-		Sz:	0,7	g	Cu:	-		Sz:	53,0	g	Cu:	0,2	g						
	So:	1,3	g	Hs:	-								So:	1,3	g	Hs:	-		So:	0,4	g	Hs:	-		So:	-		Hs:	-		So:	1,3	g	Hs:	-							
Allergének				glutén, szója								glutén, szója				glutén, szója				glutén, szója								glutén, szója														
Tízórai - A																																										
Poharas tej +				Kifli +				Teljes kiörlésű édeskeksz +				Bríos +				Kockasajt +				Kefír +				Korpovit keksz +																		
Tápanyag jellemzők	En:	88,0	kcal	Zs:	3,0	g	En:	138,4	kcal	Zs:	1,3	g	En:	501,0	kcal	Zs:	239,3	g	En:	186,3	kcal	Zs:	3,6	g	En:	46,5	kcal	Zs:	3,5	g	En:	82,5	kcal	Zs:	4,5	g	En:	90,0	kcal	Zs:	2,6	g
	Tz:	2,0	g	Fe:	5,8	g	Tz:	0,7	g	Fe:	4,0	g	Tz:	118,0	g	Fe:	61,0	g	Tz:	1,9	g	Fe:	4,6	g	Tz:	2,3	g	Fe:	1,6	g	Tz:	3,0	g	Fe:	4,7	g	Tz:	1,1	g	Fe:	2,1	g
	Sz:	9,2	g	Cu:	9,2	g	Sz:	26,5	g	Cu:	1,1	g	Sz:	621,0	g	Cu:	232,0	g	Sz:	32,4	g	Cu:	5,2	g	Sz:	2,1	g	Cu:	1,2	g	Sz:	5,8	g	Cu:	4,2	g	Sz:	13,9	g	Cu:	-	
	So:	0,3	g	Hs:	-		So:	0,6	g	Hs:	-		So:	1,0	g	Hs:	-		So:	0,5	g	Hs:	-		So:	0,2	g	Hs:	-		So:	0,1	g	Hs:	-		So:	0,2	g	Hs:	-	
Allergének				tejféle				glutén, tejféle				glutén, tejféle, tojás				tejféle				tejféle								glutén, szeszámag, tejféle, tojás														
Tápanyag jellemzők																Kifli +																										
																																</										



Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek		Szombat		Vasárnap									
Ebéd - A																					
		Karfiol leves kiskocka tésztával+		Paradicsom leves betűtésztával +		Zöldség leves vajasgaluskával+		Vegyes gyümölcs leves +		Májgaluska leves +		Magyaros burgonya leves +		Reszelt tészta leves +							
Tápanyag jellemzők	En:	65,7 kcal	Zs: 4,1 g	En:	260,6 kcal	Zs: 6,1 g	En:	149,6 kcal	Zs: 7,3 g	En:	835,8 kcal	Zs: 4,2 g	En:	157,6 kcal	Zs: 8,1 g	En:	164,4 kcal	Zs: 5,3 g	En:	144,7 kcal	Zs: 4,0 g
	Tz:	0,3 g	Fe: 2,5 g	Tz:	0,9 g	Fe: 3,5 g	Tz:	1,8 g	Fe: 4,9 g	Tz:	0,9 g	Fe: 8,6 g	Tz:	0,8 g	Fe: 8,0 g	Tz:	0,8 g	Fe: 3,7 g	Tz:	0,5 g	Fe: 4,9 g
	Sz:	4,6 g	Cu: 2,6 g	Sz:	46,8 g	Cu: 37,5 g	Sz:	15,8 g	Cu: 0,3 g	Sz:	182,0 g	Cu: 40,4 g	Sz:	12,9 g	Cu: 0,2 g	Sz:	24,6 g	Cu: 0,5 g	Sz:	22,5 g	Cu: 2,6 g
	So:	2,5 g	Hs: 1,9 g	So:	0,5 g	Hs: 0,5 g	So:	2,8 g	Hs: 1,9 g	So:	0,0 g	Hs: -	So:	2,5 g	Hs: 1,9 g	So:	2,6 g	Hs: 1,9 g	So:	1,9 g	Hs: 1,4 g
Allergének		glutén, tojás, zeller		glutén		glutén, tojás, zeller, tejféle		tejféle, glutén		zeller, glutén, tojás		glutén		glutén, tojás, hal, szója, tejféle, zeller							
		Borsos tokány +		Gyros tál +		Toroskáposzta +		Vajas csirkecomb +		Almás kocka (f) 140gr+		Sertés sült (egész) +		Pirított sertésmáj +							
Tápanyag jellemzők	En:	841,9 kcal	Zs: 18,1 g	En:	427,9 kcal	Zs: 15,2 g	En:	518,8 kcal	Zs: 37,4 g	En:	478,5 kcal	Zs: 34,8 g	En:	424,2 kcal	Zs: 14,5 g	En:	907,0 kcal	Zs: 18,9 g	En:	341,9 kcal	Zs: 24,9 g
	Tz:	1,3 g	Fe: 23,3 g	Tz:	3,2 g	Fe: 30,8 g	Tz:	1,3 g	Fe: 25,3 g	Tz:	14,1 g	Fe: 28,8 g	Tz:	10,8 g	Fe: 5,8 g	Tz:	1,3 g	Fe: 25,4 g	Tz:	2,5 g	Fe: 23,8 g
	Sz:	1,6 g	Cu: 0,2 g	Sz:	42,3 g	Cu: 4,7 g	Sz:	17,3 g	Cu: 0,3 g	Sz:	12,2 g	Cu: 1,8 g	Sz:	67,7 g	Cu: 16,0 g	Sz:	0,8 g	Cu: 0,0 g	Sz:	4,4 g	Cu: 0,3 g
	So:	2,0 g	Hs: 1,9 g	So:	1,3 g	Hs: -	So:	2,1 g	Hs: 1,9 g	So:	2,6 g	Hs: 1,9 g	So:	0,5 g	Hs: -	So:	1,6 g	Hs: 1,6 g	So:	3,1 g	Hs: 1,9 g
Allergének				glutén, tejféle				glutén, tejféle		glutén, tejféle, tojás				mustár							
		Tarhonya +		Alma +		Friss tejfőllel +		Pirított bulgur +		Korpás kenyér (ebéd) +		Tejszínes karalábé főzelék +		Sós burgonya +							
Tápanyag jellemzők	En:	476,0 kcal	Zs: 12,6 g	En:	46,6 kcal	Zs: 0,6 g	En:	78,3 kcal	Zs: 6,6 g	En:	583,0 kcal	Zs: 19,8 g	En:	123,4 kcal	Zs: 0,5 g	En:	265,0 kcal	Zs: 11,3 g	En:	301,9 kcal	Zs: 0,6 g
	Tz:	1,3 g	Fe: 15,0 g	Tz:	-	Fe: 0,6 g	Tz:	-	Fe: 1,9 g	Tz:	2,6 g	Fe: 14,8 g	Tz:	0,2 g	Fe: 4,0 g	Tz:	2,3 g	Fe: 3,3 g	Tz:	-	Fe: 8,0 g
	Sz:	72,9 g	Cu: -	Sz:	10,5 g	Cu: -	Sz:	2,2 g	Cu: -	Sz:	92,1 g	Cu: 0,1 g	Sz:	24,0 g	Cu: 0,2 g	Sz:	36,9 g	Cu: 20,7 g	Sz:	64,0 g	Cu: -
	So:	2,1 g	Hs: 1,6 g	So:	0,0 g	Hs: -	So:	-	Hs: -	So:	1,6 g	Hs: 1,4 g	So:	0,6 g	Hs: -	So:	2,2 g	Hs: 1,9 g	So:	0,3 g	Hs: 0,3 g
Allergének		glutén, tojás				tejféle		glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller		glutén, szója		tejféle, glutén, zeller									
		Dinnye savanyú +		Kenyer félbarna E+		Kenyer félbarna E+		Kenyer félbarna E+				Kenyer félbarna E+		Csemege uborka +							
Tápanyag jellemzők	En:	22,6 kcal	Zs: -	En:	130,4 kcal	Zs: 0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs: 0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs: 0,4 g		En:	130,4 kcal	Zs: 0,4 g	En:	35,3 kcal	Zs: 0,0 g		
	Tz:	-	Fe: 0,4 g	Tz:	0,1 g	Fe: 4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe: 4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe: 4,0 g		Tz:	0,1 g	Fe: 4,0 g	Tz:	-	Fe: 0,6 g		
	Sz:	5,7 g	Cu: -	Sz:	26,5 g	Cu: 0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu: 0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu: 0,1 g		Sz:	26,5 g	Cu: 0,1 g	Sz:	1,3 g	Cu: 0,5 g		
	So:	-	Hs: -	So:	0,6 g	Hs: -	So:	0,6 g	Hs: -	So:	0,6 g	Hs: -		So:	0,6 g	Hs: -	So:	0,6 g	Hs: -		
Allergének				glutén, szója		glutén, szója		glutén, szója				glutén, szója									
		Kenyer félbarna E+												Kenyer félbarna E+							
Tápanyag jellemzők	En:	130,4 kcal	Zs: 0,4 g											En:	130,4 kcal	Zs: 0,4 g					
	Tz:	0,1 g	Fe: 4,0 g											Tz:	0,1 g	Fe: 4,0 g					
	Sz:	26,5 g	Cu: 0,1 g											Sz:	26,5 g	Cu: 0,1 g					
	So:	0,6 g	Hs: -											So:	0,6 g	Hs: -					
Allergének		glutén, szója												glutén, szója							

Ebéd - B

	Karfiol leves kiskocka	Paradicsom leves	Zöldség leves	Vegyes gyümölcs leves +	Májgaluska leves +
	tésztával+	betűtésztával +	vajasgaluskával+		
Tápanyag jellemzők	En: 65,7 kcal Zs: 4,1 g	En: 260,6 kcal Zs: 6,1 g	En: 149,6 kcal Zs: 7,3 g	En: 835,8 kcal Zs: 4,2 g	En: 157,6 kcal Zs: 8,1 g
	Tz: 0,3 g Fe: 2,5 g	Tz: 0,9 g Fe: 3,5 g	Tz: 1,8 g Fe: 4,9 g	Tz: 0,9 g Fe: 8,6 g	Tz: 0,8 g Fe: 8,0 g
	Sz: 4,6 g Cu: 2,6 g	Sz: 46,8 g Cu: 37,5 g	Sz: 15,8 g Cu: 0,3 g	Sz: 182,0 g Cu: 40,4 g	Sz: 12,9 g Cu: 0,2 g
	So: 2,5 g Hs: 1,9 g	So: 0,5 g Hs: 0,5 g	So: 2,8 g Hs: 1,9 g	So: 0,0 g Hs: -	So: 2,5 g Hs: 1,9 g
	Allergének	glutén, tojás, zeller	glutén	glutén, tojás, zeller, tejféle	tejféle, glutén

