Reggeli - A

	Hétfõ	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
	Tejeskávé +	Tea +	Kakaó +	Tea +	Karamellás tej+	Tea +	Tea +
Tápanyag jellemzõk	En: 284,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 37,5 g Cu: 37,1 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: 294,6 kcal Zs: 9,8 g Tz: - Fe: 12,3 g Sz: 38,0 g Cu: 37,1 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: -	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: -
Allergének	tejféle, glutén		tejféle, glutén		tejféle		
	Tepertõs pogácsa (f) +	Felvágott bécsi +	Kalács (reggeli)+	Méz mini (reggeli)+	Diákcsemege +	Bundás kenyér +	Kacsa-, libazsír +
Tápanyag jellemzõk	En: 504,6 kcal Zs: 26,5 g Tz: 10,1 g Fe: 11,7 g Sz: 55,0 g Cu: - So: 5,0 g Hs: -	En: 109,4 kcal Zs: 9,9 g Tz: 4,0 g Fe: 4,6 g Sz: 0,6 g Cu: 0,1 g So: 0,8 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: -	En: 65,1 kcal Zs: - Tz: - Fe: 0,1 g Sz: 16,2 g Cu: - So: - Hs: -	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: 421,8 kcal Zs: 15,6 g Tz: 0,3 g Fe: 13,4 g Sz: 53,2 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 184,2 kcal Zs: 19,8 g Tz: - Fe: 0,1 g Sz: - Cu: - So: - Hs: -
Allergének	glutén, tejféle, tojás	szója, tejféle	glutén, tejféle, tojás			glutén, szója, tojás	
		Zsemle +	mini vaj	Margarin +	Vaj +		Kenyér félbarna R,V+
Tápanyag jellemzõk		En: 133,8 kcal Zs: 1,0 g Tz: 0,5 g Fe: 3,8 g Sz: 26,0 g Cu: 0,5 g So: 0,8 g Hs: -	En: 147,8 kcal Zs: 16,3 g Tz: 10,8 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: - So: - Hs: -	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: -	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: -		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: -
Allergének		glutén	tejféle	tejféle	tejféle		glutén, szója
				Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+		Lilahagyma +
Tápanyag jellemzõk				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: 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: 11,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,3 g Sz: 2,4 g Cu: 0,3 g So: - Hs: -
Allergének				glutén, szója	glutén, szója		

Tízórai - A

	Túrós batyu +	Margarin +	Korpovit keksz +	Paníni +	Kifli +	Túró rudi +	Ívólé 100%-os /narancs/ +
Tápanyag jellemzõk	En: 264,0 kcal Zs: 13,2 g Tz: 7,0 g Fe: 6,2 g Sz: 28,6 g Cu: 5,3 g So: 0,5 g Hs: -	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: -	En: 90,0 kcal Zs: 2,6 g Tz: 1,1 g Fe: 2,1 g Sz: 13,9 g Cu: - So: 0,2 g Hs: -	En: 133,9 kcal Zs: 1,3 g Tz: 0,7 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 1,1 g So: 0,6 g Hs: -	En: 138,4 kcal Zs: 1,3 g Tz: 0,7 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 1,1 g So: 0,6 g Hs: -	En: 107,4 kcal Zs: 5,4 g Tz: 5,4 g Fe: 3,0 g Sz: 11,7 g Cu: 11,0 g So: 0,0 g Hs: -	En: 160,0 kcal Zs: 0,0 g Tz: 0,0 g Fe: 1,0 g Sz: 36,5 g Cu: 35,2 g So: 0,0 g Hs: -
Allergének	glutén, tejféle, tojás	tejféle	glutén, szezámmag, tejféle, tojás	glutén	glutén, tejféle	tejféle	
		Kenyér félbarna T,U+					
Tápanyag jellemzõk		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					

Ebéd - A

	Hétfõ	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
	Csontleves cérnametélttel +	Paradicsom leves betütésztával +	Halászlé +	Májgaluska leves +	Magyaros gombaleves+	Palóc leves +	Zöldséges burgonyaleves +
Tápanyag	En: 102,9 kcal Zs: 3,6 g	En: 260,6 kcal Zs: 6,1 g	En: 196,5 kcal Zs: 6,7 g	En: 157,6 kcal Zs: 8,1 g	En: 139,8 kcal Zs: 9,4 g	En: 766,1 kcal Zs: 15,6 g	En: 146,3 kcal Zs: 6,3 g
jellemzõk	Tz: 0,2 g Fe: 3,4 g	Tz: 0,9 g Fe: 3,5 g	Tz: 1,8 g Fe: 16,6 g	Tz: 0,8 g Fe: 8,0 g	Tz: 1,4 g Fe: 2,4 g	Tz: 0,8 g Fe: 21,8 g	Tz: 0,7 g Fe: 3,0 g
	Sz: 13,7 g Cu: 0,1 g	Sz: 46,8 g Cu: 37,5 g	Sz: 12,5 g Cu: 0,2 g	Sz: 12,9 g Cu: 0,2 g	Sz: 10,8 g Cu: 0,1 g	Sz: 28,4 g Cu: 0,0 g	Sz: 18,7 g Cu: 0,3 g
	So: 1,6 g Hs: 1,4 g	So: 0,5 g Hs: 0,5 g	So: 0,3 g Hs: -	So: 2,0 g Hs: 1,4 g	So: 2,6 g Hs: 1,9 g	So: 4,2 g Hs: 4,1 g	So: 2,4 g Hs: 1,9 g
Allergének	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén	hal	zeller, glutén, tojás	glutén, zeller	tejféle, glutén	tejféle, zeller, mustár
	Rakott karfiol +	Sült csirkecomb +	Túrós csusza teperõvel+	Töltött káposzta +	Rántott csirkemellfilé+	Mákos guba+	Sertés pörkölt +
Tápanyag	En: 724,2 kcal Zs: 38,1 g	En: 251,0 kcal Zs: 17,9 g	En: 750,4 kcal Zs: 35,8 g	En: 595,2 kcal Zs: 41,4 g	En: 282,9 kcal Zs: 5,6 g	En: 850,7 kcal Zs: 26,8 g	En: 458,2 kcal Zs: 38,9 g
jellemzõk	Tz: 1,3 g Fe: 31,8 g	Tz: 4,2 g Fe: 20,6 g	Tz: 4,8 g Fe: 29,1 g	Tz: 1,6 g Fe: 21,6 g	Tz: 0,3 g Fe: 27,8 g	Tz: 3,4 g Fe: 25,8 g	Tz: 1,3 g Fe: 22,1 g
	Sz: 60,4 g Cu: 1,1 g	Sz: 1,7 g Cu: 0,9 g	Sz: 75,3 g Cu: 2,5 g	Sz: 31,6 g Cu: 0,0 g	Sz: 31,0 g Cu: 0,1 g	Sz: 125,3 g Cu: 51,6 g	Sz: 2,2 g Cu: 0,1 g
	So: 2,6 g Hs: 1,4 g	So: 2,7 g Hs: 1,4 g	So: 3,1 g Hs: 1,9 g	So: 0,4 g Hs: -	So: 2,5 g Hs: 1,9 g	So: 1,6 g Hs: -	So: 2,0 g Hs: 1,9 g
Allergének	tejféle, glutén	glutén, tojás, zeller	glutén, tojás, tejféle	tejféle, glutén	glutén, tojás	tejféle, glutén	
	Kenyér félbarna E+	Burgonyapüré +	Kenyér félbarna E+	Friss tejföllel +	Petrezselymes burgonya +	Vaníliás öntet +	Szarvacska tészta +
Tápanyag	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 444,2 kcal Zs: 15,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 78,3 kcal Zs: 6,6 g	En: 331,4 kcal Zs: 0,7 g	En: 168,3 kcal Zs: 4,7 g	En: 366,6 kcal Zs: 2,0 g
jellemzõk	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 5,9 g Fe: 10,3 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: - Fe: 1,9 g	Tz: - Fe: 8,8 g	Tz: - Fe: 5,3 g	Tz: 0,3 g Fe: 14,0 g
	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 64,3 g Cu: 4,3 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 2,2 g Cu: -	Sz: 70,2 g Cu: -	Sz: 25,4 g Cu: 20,7 g	Sz: 73,0 g Cu: 4,5 g
	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: 0,5 g	So: 0,6 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,4 g Hs: 0,4 g	So: - Hs: -	So: 1,1 g Hs: 1,0 g
Allergének	glutén, szója	tejféle	glutén, szója	tejféle		tejféle	glutén, tojás
		Alma befõtt +	Narancs +	Diós beigli +	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Csemege uborka +
Tápanyag		En: 58,0 kcal Zs: 0,4 g	En: 62,7 kcal Zs: 2,3 g	En: - Zs: -	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 35,3 kcal Zs: 0,0 g
jellemzõk		Tz: 0,1 g Fe: 0,3 g	Tz: - Fe: 0,9 g	Tz: - Fe: -	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: - Fe: 0,6 g
		Sz: 12,6 g Cu: 10,1 g	Sz: 12,8 g Cu: -	Sz: - Cu: -	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: 0,1 g Hs: -	So: 0,0 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -
Allergének				diófélék, földimogyoró, glutén, tojás	glutén, szója	glutén, szója	
				Kenyér félbarna E+	Alma befõtt +		Kenyér félbarna E+
Tápanyag				En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 58,0 kcal Zs: 0,4 g		En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g
jellemzõk				Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 0,3 g		Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g
				Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 12,6 g Cu: 10,1 g		Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g
				So: 0,6 g Hs: -	So: 0,1 g Hs: -		So: 0,6 g Hs: -
Allergének				glutén, szója			glutén, szója

Uzsonna - A

	Csokoládé (szelet) +	Mandarin +	Szaloncukor +	Kefír +	Sajtos pogácsa kg-os (f) +	Sóspálcika +	Babapiskóta +
Tápanyag	En: 140,3 kcal Zs: 8,6 g	En: 31,6 kcal Zs: 0,6 g	En: 488,0 kcal Zs: 26,0 g	En: 82,5 kcal Zs: 4,5 g	En: 151,9 kcal Zs: 8,0 g	En: 171,4 kcal Zs: 1,8 g	En: 70,2 kcal Zs: 0,7 g
jellemzõk	Tz: 5,0 g Fe: 2,1 g	Tz: - Fe: 0,5 g	Tz: 16,0 g Fe: 3,6 g	Tz: 3,0 g Fe: 4,7 g	Tz: 4,4 g Fe: 3,1 g	Tz: 0,6 g Fe: 5,4 g	Tz: - Fe: 1,3 g
	Sz: 12,8 g Cu: 12,6 g	Sz: 6,9 g Cu: -	Sz: 53,0 g Cu: 49,0 g	Sz: 5,8 g Cu: 4,2 g	Sz: 16,0 g Cu: 0,6 g	Sz: 32,9 g Cu: 1,9 g	Sz: 14,4 g Cu: -
	So: 0,1 g Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,1 g Hs: -	So: 0,8 g Hs: -	So: 1,6 g Hs: -	So: - Hs: -
Allergének	diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója, tejféle		diófélék, földimogyoró, tejféle	tejféle	glutén, tejféle, tojás	glutén, szezámmag, tejféle	glutén, tojás

Vacsora - A

	Hétfõ	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
	Sonkakrém (sertés)+	Kolbász (gyulai) +	Poharas tej +	Löncs felvágott +	Májkrém 65gr +	Fõtt virsli +	Felvágott toust sonka +
Tápanyag	En: 113,4 kcal Zs: 11,3 g	En: 196,0 kcal Zs: 18,0 g	En: 88,0 kcal Zs: 3,0 g	En: 95,4 kcal Zs: 8,6 g	En: 144,1 kcal Zs: 11,1 g	En: 139,8 kcal Zs: 11,4 g	En: 38,2 kcal Zs: 1,5 g
jellemzõk	Tz: 5,3 g Fe: 3,0 g	Tz: - Fe: 9,0 g	Tz: 2,0 g Fe: 5,8 g	Tz: 3,5 g Fe: 3,4 g	Tz: - Fe: 8,6 g	Tz: - Fe: 7,8 g	Tz: 0,5 g Fe: 3,4 g
	Sz: 0,5 g Cu: 0,2 g	Sz: - Cu: -	Sz: 9,2 g Cu: 9,2 g	Sz: 1,2 g Cu: 0,4 g	Sz: 1,3 g Cu: -	Sz: 1,6 g Cu: -	Sz: 2,7 g Cu: 0,3 g
	So: 0,6 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,3 g Hs: -	So: 0,8 g Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,9 g Hs: -
Allergének	szója, tejféle		tejféle	szója			szója
	Kenyér félbarna R,V+	Zöldpaprika kg +	Banán levél (f)+	Zöldhagyma +	Zsemle +	Mustár +	Kenyér félbarna R,V+
Tápanyag	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g	En: 8,0 kcal Zs: 0,1 g	En: 339,4 kcal Zs: 9,4 g	En: 8,0 kcal Zs: 0,0 g	En: 133,8 kcal Zs: 1,0 g	En: 33,0 kcal Zs: 1,8 g	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g
jellemzõk	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g	Tz: - Fe: 0,5 g	Tz: 4,5 g Fe: 7,4 g	Tz: - Fe: 0,2 g	Tz: 0,5 g Fe: 3,8 g	Tz: 0,1 g Fe: 1,5 g	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g
	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g	Sz: 1,2 g Cu: -	Sz: 56,3 g Cu: 17,7 g	Sz: 1,2 g Cu: -	Sz: 26,0 g Cu: 0,5 g	Sz: 2,7 g Cu: 1,4 g	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g
	So: 1,3 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 1,1 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,8 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 1,3 g Hs: -
Allergének	glutén, szója		glutén, tejféle, tojás		glutén	mustár	glutén, szója
	Retek kg-os +	Kenyér félbarna R,V+		Mini margarin 20 gr +	Zöldpaprika kg +	Kenyér félbarna R,V+	Retek kg-os +
Tápanyag	En: 17,9 kcal Zs: 0,3 g	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g		En: 35,4 kcal Zs: 4,0 g	En: 8,0 kcal Zs: 0,1 g	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g	En: 17,9 kcal Zs: 0,3 g
jellemzõk	Tz: - Fe: 1,6 g	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g		Tz: 1,1 g Fe: -	Tz: - Fe: 0,5 g	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g	Tz: - Fe: 1,6 g
	Sz: 1,9 g Cu: -	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g		Sz: - Cu: -	Sz: 1,2 g Cu: -	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g	Sz: 1,9 g Cu: -
	So: - Hs: -	So: 1,3 g Hs: -		So: 0,1 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 1,3 g Hs: -	So: - Hs: -
Allergének		glutén, szója		tejféle		glutén, szója	
				Kenyér félbarna R,V+			Sajtkrém +
Tápanyag				En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g			En: 56,4 kcal Zs: 159,3 g
jellemzõk				Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g			Tz: 2,8 g Fe: 2,6 g
				Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g			Sz: 1,8 g Cu: 1,5 g
				So: 1,3 g Hs: -			So: 0,3 g Hs: -
Allergének				glutén, szója			tejféle
SEnergia-A	2543,16kcal	2142,87kcal	2903,14kcal	2136,38kcal	2406,82kcal	3171,3kcal	2318,13kcal

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