

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli - A					
	Tea +	Tejeskávé +	Tej +	Tea +	Tej +
Tápanyag jellemzők	En: 53,5 kcal Tz: - Sz: 13,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 12,8 g Hs: -	En: 180,4 kcal Tz: - Sz: 22,7 g So: - Zs: 6,2 g Fe: 7,5 g Cu: 22,4 g Hs: -	En: 136,4 kcal Tz: - Sz: 11,7 g So: - Zs: 6,2 g Fe: 7,5 g Cu: 11,7 g Hs: -	En: 53,5 kcal Tz: - Sz: 13,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 12,8 g Hs: -	En: 136,4 kcal Tz: - Sz: 11,7 g So: - Zs: 6,2 g Fe: 7,5 g Cu: 11,7 g Hs: -
Allergének		tejféle, glutén	tejféle		tejféle
	Kenőmájás +	Margarin +	Méz mini (reggeli)+	Halpástétom +	Olasz felvágott +
Tápanyag jellemzők	En: 81,3 kcal Tz: - Sz: 0,1 g So: 0,7 g Zs: 6,9 g Fe: 4,0 g Cu: - Hs: -	En: 83,7 kcal Tz: 4,5 g Sz: 0,1 g So: 0,0 g Zs: 9,4 g Fe: 0,1 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 32,5 kcal Tz: - Sz: 8,1 g So: - Zs: - Fe: 0,0 g Cu: - Hs: -	En: 218,3 kcal Tz: 1,1 g Sz: 1,2 g So: 0,2 g Zs: 67,3 g Fe: 13,1 g Cu: 0,7 g Hs: -	En: 58,0 kcal Tz: 2,0 g Sz: 0,5 g So: 0,2 g Zs: 4,9 g Fe: 2,9 g Cu: 0,0 g Hs: -
Allergének		tejféle		tojás, mustár, tejféle, hal	szója
	Kukoricás kenyér +	Korpás zsemle +	Briós +	Kenyér félbarna R,V+	Margarin ráma+
Tápanyag jellemzők	En: 163,4 kcal Tz: 0,6 g Sz: 28,0 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,6 g Cu: 0,2 g Hs: -	En: 126,6 kcal Tz: 0,6 g Sz: 23,5 g So: 0,8 g Zs: 1,1 g Fe: 4,5 g Cu: 0,4 g Hs: -	En: 186,3 kcal Tz: 1,9 g Sz: 32,4 g So: 0,5 g Zs: 3,6 g Fe: 4,6 g Cu: 5,2 g Hs: -	En: 182,6 kcal Tz: 0,2 g Sz: 37,1 g So: 0,9 g Zs: 0,6 g Fe: 5,6 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 83,7 kcal Tz: 4,5 g Sz: 0,1 g So: 0,0 g Zs: 9,4 g Fe: 0,1 g Cu: 0,1 g Hs: -
Allergének	glutén	glutén, tejféle	glutén, tejféle, tojás	glutén, szója	tejféle
Tápanyag jellemzők					
Allergének					Kenyér félbarna R,V+ En: 182,6 kcal Tz: 0,2 g Sz: 37,1 g So: 0,9 g Zs: 0,6 g Fe: 5,6 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén, szója
Tízórai - A					
	Tej +	Tea +	Ívólé 100%-os /alma/ +	Vaníliás tej +	Tej +
Tápanyag jellemzők	En: 136,4 kcal Tz: - Sz: 11,7 g So: - Zs: 6,2 g Fe: 7,5 g Cu: 11,7 g Hs: -	En: 53,5 kcal Tz: - Sz: 13,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 12,8 g Hs: -	En: 101,2 kcal Tz: 0,2 g Sz: 24,9 g So: 0,0 g Zs: 0,2 g Fe: 0,2 g Cu: 23,8 g Hs: -	En: 192,0 kcal Tz: - Sz: 24,9 g So: - Zs: 6,4 g Fe: 7,5 g Cu: 22,4 g Hs: -	En: 136,4 kcal Tz: - Sz: 11,7 g So: - Zs: 6,2 g Fe: 7,5 g Cu: 11,7 g Hs: -
Allergének	tejféle			tejféle	tejféle
	Sajtos rúd +	Vajkrém magyaros +	Krémtúró /dán/+	Szundi +	Graham kifli +
Tápanyag jellemzők	En: 189,9 kcal Tz: 5,5 g Sz: 20,0 g So: 1,0 g Zs: 10,0 g Fe: 3,9 g Cu: 0,8 g Hs: -	En: 77,0 kcal Tz: 3,7 g Sz: 0,1 g So: 0,1 g Zs: 8,6 g Fe: 0,1 g Cu: - Hs: -	En: 80,6 kcal Tz: 2,5 g Sz: 9,0 g So: 0,1 g Zs: 4,1 g Fe: 1,5 g Cu: 7,5 g Hs: -	En: 147,9 kcal Tz: 0,7 g Sz: 29,1 g So: 0,3 g Zs: 1,4 g Fe: 4,5 g Cu: 1,3 g Hs: -	En: 121,0 kcal Tz: 0,1 g Sz: 23,9 g So: 0,7 g Zs: 0,8 g Fe: 4,1 g Cu: 0,5 g Hs: -
Allergének	glutén, tejféle, tojás	tejféle	tejféle	glutén, szezámmag, tejféle	glutén

Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek		
Tízórai - A										
		Kenyér félbarna R,V+			Kenyér félbarna T,U+					
Tápanyag jellemzők		En: 182,6 kcal	Zs: 0,6 g	Tz: 0,2 g	Fe: 5,6 g	En: 203,4 kcal	Zs: 0,6 g	Tz: 0,2 g	Fe: 6,2 g	
		Sz: 37,1 g	Cu: 0,1 g	So: 0,9 g	Hs: -	Sz: 41,3 g	Cu: 0,2 g	So: 1,0 g	Hs: -	
Allergének		glutén, szója			glutén, szója					
Ebéd - A										
Csurgatott tojás leves +		Zöldbab leves +			Paradicsom leves betűtésztával +		Karfiol leves kiskocka tésztával+		Pulyka raguleves +	
Tápanyag jellemzők	En: 120,9 kcal Zs: 5,2 g Tz: 0,5 g Fe: 5,0 g Sz: 12,8 g Cu: 0,3 g So: 0,6 g Hs: -	En: 133,7 kcal Zs: 5,5 g Tz: 0,6 g Fe: 3,3 g Sz: 17,1 g Cu: 3,2 g So: 2,1 g Hs: 2,1 g				En: 169,2 kcal Zs: 2,7 g Tz: 0,4 g Fe: 2,2 g Sz: 33,5 g Cu: 27,4 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g	En: 54,1 kcal Zs: 3,1 g Tz: 0,1 g Fe: 2,2 g Sz: 4,3 g Cu: 2,6 g So: 1,9 g Hs: 1,4 g		En: 167,6 kcal Zs: 8,3 g Tz: 1,2 g Fe: 11,7 g Sz: 11,1 g Cu: 3,0 g So: 1,4 g Hs: 1,4 g	
Allergének	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	tejféle, glutén			glutén		glutén, tojás, zeller		tejféle, glutén, zeller	
Hentes tokány +		Tarhonyás hús +			Gyros tál +		Rántott csirkemellfilé+		Tejberizs +	
Tápanyag jellemzők	En: 844,7 kcal Zs: 30,6 g Tz: 1,9 g Fe: 21,0 g Sz: 14,0 g Cu: 1,7 g So: 2,5 g Hs: 1,4 g	En: 896,6 kcal Zs: 16,3 g Tz: 1,0 g Fe: 27,6 g Sz: 52,6 g Cu: 0,3 g So: 1,7 g Hs: 1,2 g				En: 392,8 kcal Zs: 13,5 g Tz: 2,6 g Fe: 27,7 g Sz: 40,3 g Cu: 3,8 g So: 1,2 g Hs: -	En: 272,2 kcal Zs: 7,0 g Tz: 0,3 g Fe: 23,1 g Sz: 29,3 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g Hs: 1,2 g		En: 602,3 kcal Zs: 10,1 g Tz: - Fe: 18,7 g Sz: 107,4 g Cu: 41,1 g So: 2,0 g Hs: 1,9 g	
Allergének	glutén	glutén, tojás			glutén, tejféle		glutén, tojás		tejféle	
Rövidcső tészta +		Vegyes vágott savanyúság +			Kenyér félbarna E+		Burgonyapüré +		Kakaó szórat +	
Tápanyag jellemzők	En: 374,6 kcal Zs: 6,8 g Tz: 1,0 g Fe: 12,6 g Sz: 65,7 g Cu: 4,0 g So: 0,3 g Hs: 0,2 g	En: 8,4 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 1,4 g Cu: - So: - Hs: -				En: 91,3 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,8 g Sz: 18,6 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 369,8 kcal Zs: 8,3 g Tz: 3,0 g Fe: 9,2 g Sz: 62,7 g Cu: 2,7 g So: 0,3 g Hs: 0,2 g		En: 56,9 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,2 g Fe: 0,6 g Sz: 12,0 g Cu: 11,7 g So: 0,0 g Hs: -	
Allergének	glutén, tojás				glutén, szója		tejféle		glutén	
Kenyér félbarna E+		Kenyér félbarna E+					Kenyér félbarna E+		Kenyér félbarna E+	
Tápanyag jellemzők	En: 91,3 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,8 g Sz: 18,6 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 91,3 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,8 g Sz: 18,6 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -						En: 91,3 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,8 g Sz: 18,6 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 91,3 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,8 g Sz: 18,6 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	
Allergének	glutén, szója	glutén, szója					glutén, szója		glutén, szója	
							Őszibarack befőtt +			
Tápanyag jellemzők							En: 40,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,3 g Sz: 10,9 g Cu: 9,9 g So: - Hs: -			
Allergének										
Uzsonna - A										

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Uzsonna - A	Pizzás szendvicskrém + 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: - Allergének szója, tejféle	Poharas tej + Tápanyag jellemzők En: 88,0 kcal Zs: 3,0 g Tz: 2,0 g Fe: 5,8 g Sz: 9,2 g Cu: 9,2 g So: 0,3 g Hs: - Allergének tejféle	Kefír + Tápanyag jellemzők 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: - Allergének tejféle	Zala krém + Tápanyag jellemzők En: 61,4 kcal Zs: 6,0 g Tz: 1,8 g Fe: 1,8 g Sz: 0,3 g Cu: 0,1 g So: 0,2 g Hs: - Allergének szója	Túró rudi + Tápanyag jellemzők 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: - Allergének tejféle
	Magvas kenyér T,U + Tápanyag jellemzők En: 150,1 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,2 g Fe: 4,7 g Sz: 29,4 g Cu: 0,1 g So: 1,2 g Hs: - Allergének glutén, szezámmag, szója	Bécsi perec + Tápanyag jellemzők En: 283,8 kcal Zs: 5,7 g Tz: 2,9 g Fe: 7,1 g Sz: 49,5 g Cu: 6,8 g So: 0,7 g Hs: - Allergének glutén, tejféle, tojás	Graham kifli + Tápanyag jellemzők En: 121,0 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,1 g Fe: 4,1 g Sz: 23,9 g Cu: 0,5 g So: 0,7 g Hs: - Allergének glutén	Kenyér félbarna T,U+ Tápanyag jellemzők En: 203,4 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 6,2 g Sz: 41,3 g Cu: 0,2 g So: 1,0 g Hs: - Allergének glutén, szója	
Vacsora - A	Sajtkrém + Tápanyag jellemzők 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	Brassói aprópecsenye + Tápanyag jellemzők En: 1007,2 kcal Zs: 12,0 g Tz: 0,0 g Fe: 29,1 g Sz: 61,9 g Cu: 1,0 g So: 1,3 g Hs: 1,2 g Allergének mustár	Felvágott májusi csemege+ Tápanyag jellemzők En: 40,9 kcal Zs: 3,3 g Tz: 3,3 g Fe: 1,9 g Sz: 0,8 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: - Allergének glutén, szója	Serpenyősburgonya kolbásszal,galuskával+ Tápanyag jellemzők En: 633,5 kcal Zs: 25,1 g Tz: 16,0 g Fe: 23,3 g Sz: 65,0 g Cu: 0,3 g So: 3,0 g Hs: 1,4 g Allergének glutén, tojás	
	Kenyér félbarna R,V+ Tápanyag jellemzők En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: - Allergének glutén, szója	Csemege uborka + Tápanyag jellemzők En: 29,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 1,1 g Cu: 0,4 g So: 0,5 g Hs: - Allergének	Margarin + Tápanyag jellemzők En: 83,7 kcal Zs: 9,4 g Tz: 4,5 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,0 g Hs: - Allergének tejféle	Kenyér félbarna R,V+ Tápanyag jellemzők En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: - Allergének glutén, szója	
	Zöldhagyma + Tápanyag jellemzők En: 8,0 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 1,2 g Cu: - So: - Hs: - Allergének		Kenyér félbarna R,V+ Tápanyag jellemzők En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: - Allergének glutén, szója		
SEnergia-A	2506,29kcal	3242,12kcal	1904,31kcal	2703,12kcal	1743,35kcal