

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Tej + Tápanyag jellemzőkEn: 136,4 kcalZs: 6,2 gTz: -Fe: 7,5 gSz: 11,7 gCu: 11,7 gSo: -Hs: - Allergénektejféle	Tej + Tápanyag jellemzőkEn: 136,4 kcalZs: 6,2 gTz: -Fe: 7,5 gSz: 11,7 gCu: 11,7 gSo: -Hs: - Allergénektejféle	Tej + Tápanyag jellemzőkEn: 136,4 kcalZs: 6,2 gTz: -Fe: 7,5 gSz: 11,7 gCu: 11,7 gSo: -Hs: - Allergénektejféle	Tej + Tápanyag jellemzőkEn: 136,4 kcalZs: 6,2 gTz: -Fe: 7,5 gSz: 11,7 gCu: 11,7 gSo: -Hs: - Allergénektejféle	Tea + Tápanyag jellemzőkEn: 41,5 kcalZs: 0,0 gTz: -Fe: 0,0 gSz: 10,2 gCu: 9,8 gSo: -Hs: - Allergének
	Sajtos rúd + Tápanyag jellemzőkEn: 189,9 kcalZs: 10,0 gTz: 5,5 gFe: 3,9 gSz: 20,0 gCu: 0,8 gSo: 1,0 gHs: - Allergénekglutén, tejféle, tojás	Kalács (tízórai)+ Tápanyag jellemzőkEn: 157,6 kcalZs: 3,1 gTz: 1,6 gFe: 4,0 gSz: 27,5 gCu: 3,8 gSo: 0,4 gHs: - Allergénekglutén, tejféle, tojás	Briós + Tápanyag jellemzőkEn: 186,3 kcalZs: 3,6 gTz: 1,9 gFe: 4,6 gSz: 32,4 gCu: 5,2 gSo: 0,5 gHs: - Allergénekglutén, tejféle, tojás	Kenőmájás + Tápanyag jellemzőkEn: 81,3 kcalZs: 6,9 gTz: -Fe: 4,0 gSz: 0,1 gCu: -So: 0,7 gHs: - Allergének	Vajkrém magyaros + Tápanyag jellemzőkEn: 53,0 kcalZs: 5,9 gTz: 2,6 gFe: 0,1 gSz: 0,1 gCu: -So: 0,1 gHs: - Allergénektejféle
				Kenyér félbarna T,U+ Tápanyag jellemzőkEn: 101,7 kcalZs: 0,3 gTz: 0,1 gFe: 3,1 gSz: 20,7 gCu: 0,1 gSo: 0,5 gHs: - Allergénekglutén, szója	Kenyér félbarna T,U+ Tápanyag jellemzőkEn: 101,7 kcalZs: 0,3 gTz: 0,1 gFe: 3,1 gSz: 20,7 gCu: 0,1 gSo: 0,5 gHs: - Allergénekglutén, szója
Ebéd - A	Zöldborsó leves eperlevéllel+ Tápanyag jellemzőkEn: 115,2 kcalZs: 3,4 gTz: 0,3 gFe: 5,3 gSz: 15,9 gCu: 2,6 gSo: 1,5 gHs: 1,2 g Allergénekglutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	Vegyes gyümölcs leves + Tápanyag jellemzőkEn: 508,5 kcalZs: 3,3 gTz: 0,9 gFe: 4,9 gSz: 109,9 gCu: 32,3 gSo: 0,0 gHs: - Allergénektejféle, glutén	Zellerkrém leves + Tápanyag jellemzőkEn: 109,6 kcalZs: 5,6 gTz: 2,1 gFe: 3,1 gSz: 11,3 gCu: 1,4 gSo: 1,0 gHs: 1,0 g Allergénekttojás, zeller, tejféle, glutén	Magyaros burgonya leves + Tápanyag jellemzőkEn: 103,7 kcalZs: 2,2 gTz: 0,3 gFe: 2,6 gSz: 17,9 gCu: 0,2 gSo: 1,2 gHs: 1,0 g Allergénekglutén	Palóc leves + Tápanyag jellemzőkEn: 488,8 kcalZs: 9,7 gTz: 0,5 gFe: 13,8 gSz: 20,1 gCu: 0,0 gSo: 0,8 gHs: 0,8 g Allergénektejféle, glutén
	Húskrokett + Tápanyag jellemzőkEn: 263,8 kcalZs: 20,9 gTz: 1,3 gFe: 9,7 gSz: 8,0 gCu: 0,0 gSo: 1,2 gHs: 1,0 g Allergénekttojás, glutén	Párizsi sertésszelet + Tápanyag jellemzőkEn: 134,8 kcalZs: 6,3 gTz: 0,1 gFe: 10,0 gSz: 8,6 gCu: 0,0 gSo: 0,8 gHs: 0,8 g Allergénekttojás, glutén	Bakonyi sertés szelet+ Tápanyag jellemzőkEn: 172,1 kcalZs: 13,3 gTz: 0,8 gFe: 11,1 gSz: 1,1 gCu: 0,0 gSo: 1,5 gHs: 1,2 g Allergénekttejféle	Szárnymas rizottó + Tápanyag jellemzőkEn: 386,3 kcalZs: 10,2 gTz: 1,4 gFe: 18,7 gSz: 55,9 gCu: 0,2 gSo: 1,5 gHs: 1,2 g Allergénektzeller	Pozsonyi kocka + Tápanyag jellemzőkEn: 589,5 kcalZs: 18,5 gTz: 1,4 gFe: 16,4 gSz: 88,1 gCu: 26,3 gSo: 0,2 gHs: 0,1 g Allergénekttojás, tejféle, glutén
	Fejtettbab főzelék + Tápanyag jellemzőkEn: 265,9 kcalZs: 9,6 gTz: 1,0 gFe: 8,7 gSz: 33,9 gCu: 3,0 gSo: 1,2 gHs: 1,2 g Allergénekttejféle, glutén	Párolt rizs + Tápanyag jellemzőkEn: 253,0 kcalZs: 4,9 gTz: 0,7 gFe: 5,1 gSz: 47,1 gCu: 0,1 gSo: 0,6 gHs: 0,4 g Allergénektglutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	Galuska + Tápanyag jellemzőkEn: 238,2 kcalZs: 1,7 gTz: 0,3 gFe: 8,3 gSz: 45,8 gCu: 0,1 gSo: 0,2 gHs: 0,1 g Allergénekttojás, glutén	Kenyér félbarna E+ Tápanyag jellemzőkEn: 78,3 kcalZs: 0,2 gTz: 0,1 gFe: 2,4 gSz: 15,9 gCu: 0,1 gSo: 0,4 gHs: - Allergénektglutén, szója	Kenyér félbarna E+ Tápanyag jellemzőkEn: 78,3 kcalZs: 0,2 gTz: 0,1 gFe: 2,4 gSz: 15,9 gCu: 0,1 gSo: 0,4 gHs: - Allergénektglutén, szója

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	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	Majonézes káposztasaláta + Tápanyag jellemzők En: 185,2 kcal Zs: 16,4 g Tz: 1,0 g Fe: 2,1 g Sz: 6,3 g Cu: 1,1 g So: 0,3 g Hs: - Allergének tejféle, mustár, tojás	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		
		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	Levesgyöngy + Tápanyag jellemzők 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: - Allergének		
Uzsonna - A	Szalámi (Ausztria) + Tápanyag jellemzők En: 69,5 kcal Zs: 6,5 g Tz: 2,4 g Fe: 2,6 g Sz: 0,2 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: - Allergének	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	Parizer krém + Tápanyag jellemzők En: 91,2 kcal Zs: 9,4 g Tz: 4,2 g Fe: 1,7 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,3 g Hs: - Allergének tejféle	Gyümölcs joghurt + Tápanyag jellemzők En: 101,3 kcal Zs: 2,3 g Tz: 1,5 g Fe: 3,1 g Sz: 3,1 g Cu: 15,8 g So: 0,2 g Hs: - Allergének tejféle	Croissant + Tápanyag jellemzők En: 219,6 kcal Zs: 10,7 g Tz: 5,7 g Fe: 3,9 g Sz: 25,6 g Cu: 2,4 g So: 1,1 g Hs: - Allergének glutén, tejféle
	Margarin ráma joghurtos+ Tápanyag jellemzők En: 31,5 kcal Zs: 3,5 g Tz: 0,9 g Fe: 0,0 g Sz: 0,1 g Cu: 0,0 g So: 0,0 g Hs: - Allergének tejféle	Korpás kenyér (tízó,uzs) + 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: - Allergének glutén, szója	Kenyér félbarna T,U+ Tápanyag jellemzők 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	Magvas zsemle + Tápanyag jellemzők 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, szezámag, szója	
	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, szezámag, szója	Zöldpaprika kg + Tápanyag jellemzők En: 4,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,6 g Cu: - So: - Hs: - Allergének	Uborka + Tápanyag jellemzők En: 2,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,3 g Cu: - So: - Hs: - Allergének		
SEnergia-A	1300,49kcal	1644,13kcal	1143,2kcal	1086,94kcal	1572,25kcal

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