

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek			
Tízórai - A								
	Tej +	Tej +	Kakaó +	Tej +	Tea +			
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: 182,4 kcal Tz: - Sz: 22,0 g So: -	Zs: 6,5 g Fe: 8,2 g Cu: 21,5 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, glutén	tejféle		En: 41,5 kcal Tz: - Sz: 10,2 g So: -	Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 9,8 g Hs: -	
	Kockasajt +	Sajtos rúd +	Kifli +	Kakaós csiga +	Zebra batyu +			
Tápanyag jellemzők	En: 46,5 kcal Tz: 2,3 g Sz: 2,1 g So: 0,2 g	Zs: 3,5 g Fe: 1,6 g Cu: 1,2 g Hs: -	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: 138,4 kcal Tz: 0,7 g Sz: 26,5 g So: 0,6 g	Zs: 1,3 g Fe: 4,0 g Cu: 1,1 g Hs: -		
Allergének	tejféle	glutén, tejféle, tojás	glutén, tejféle	glutén, tejféle, tojás	glutén, tejféle, tojás		En: 255,1 kcal Tz: 5,5 g Sz: 34,8 g So: 0,5 g	Zs: 10,4 g Fe: 4,1 g Cu: 14,4 g Hs: -
	Magvas kenyér T,U +						En: 2998,0 kcal Tz: 30,0 g Sz: 535,5 g So: 7,1 g	Zs: 62,1 g Fe: 74,1 g Cu: 197,6 g Hs: -
Tápanyag jellemzők	En: 150,1 kcal Tz: 0,2 g Sz: 29,4 g So: 1,2 g	Zs: 0,8 g Fe: 4,7 g Cu: 0,1 g Hs: -						
Allergének	glutén, szezám, szója							
Ebéd - A								
	Daragaluska leves +	Szilva leves +	Sütőtök krémleves +	Májgaluska leves +	Erdélyi húsos leves+			
Tápanyag jellemzők	En: 93,7 kcal Tz: 0,2 g Sz: 12,2 g So: 1,9 g	Zs: 3,7 g Fe: 2,7 g Cu: 0,1 g Hs: 1,2 g	En: 199,8 kcal Tz: 0,9 g Sz: 39,5 g So: 0,0 g	Zs: 3,8 g Fe: 2,3 g Cu: 20,5 g Hs: -	En: 99,1 kcal Tz: 1,8 g Sz: 13,3 g So: 1,0 g	Zs: 4,0 g Fe: 2,2 g Cu: 7,2 g Hs: 1,0 g		
Allergének	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás	tejféle, glutén	tejféle, glutén	glutén, tojás, zeller	glutén, tojás, zeller		En: 105,8 kcal Tz: 0,5 g Sz: 9,2 g So: 1,6 g	Zs: 4,8 g Fe: 6,3 g Cu: 0,1 g Hs: 1,2 g
	Vagdalt (sertés húsból)+	Grill csirkemell +	Sajtos-tejszínes csirkemell +	Bolognai +	Rizsfelfújt+			
Tápanyag jellemzők	En: 160,3 kcal Tz: 0,1 g Sz: 11,0 g So: 1,2 g	Zs: 8,9 g Fe: 7,8 g Cu: 0,0 g Hs: 1,0 g	En: 94,5 kcal Tz: 0,4 g Sz: 1,2 g So: 1,3 g	Zs: 2,9 g Fe: 17,4 g Cu: 0,3 g Hs: 0,5 g	En: 188,4 kcal Tz: 2,3 g Sz: 2,6 g So: 1,9 g	Zs: 12,2 g Fe: 18,2 g Cu: 1,1 g Hs: 1,2 g		
Allergének	glutén, szója, tojás	glutén, tojás, zeller	tejféle, zeller	glutén	glutén		En: 227,1 kcal Tz: 0,6 g Sz: 4,4 g So: 1,1 g	Zs: 17,6 g Fe: 11,0 g Cu: 2,6 g Hs: 1,0 g
	Sárgaborsó főzelék +	Burgonyapüré +	Párolt rizs +	Spagetti+	Áfonya öntet +			
Tápanyag jellemzők	En: 270,9 kcal Tz: 1,1 g Sz: 36,7 g So: 1,2 g	Zs: 8,2 g Fe: 13,6 g Cu: 0,1 g Hs: 1,2 g	En: 344,4 kcal Tz: 4,5 g Sz: 52,2 g So: 2,0 g	Zs: 11,1 g Fe: 7,7 g Cu: 2,2 g Hs: 1,9 g	En: 346,9 kcal Tz: 1,1 g Sz: 62,6 g So: 1,0 g	Zs: 7,7 g Fe: 6,7 g Cu: 0,1 g Hs: 0,8 g		
Allergének	glutén	tejféle	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, tojás	glutén, tojás		En: 371,7 kcal Tz: 1,5 g Sz: 58,4 g So: 0,3 g	Zs: 10,3 g Fe: 11,2 g Cu: 3,6 g Hs: 0,2 g
							En: 52,6 kcal Tz: - Sz: 12,7 g So: -	Zs: 0,0 g Fe: 0,1 g Cu: 12,6 g Hs: -

