

2018.04.16 Hétfő	2018.04.17 Kedd	2018.04.18 Szerda	2018.04.19 Csütörtök	2018.04.20 Péntek	2018.04.21 Szombat	2018.04.22 Vasárnap
R e g g e l i						
Málnás tea	Citromos tea	Citromos tea	Forralt tej	Feketeribizskés tea	Citromos tea	
Korpás zsemle	Rozsos kenyér	Teljes kiőrlésű kenyér	Citr.tea/tejes foly.esetén	Rozsos kenyér	Félbarna kenyér	
Margarin (TM is)	Krémsajt	Margarin (TM is)	Zsemle	Húspástétom	Margarin (TM is)	
Marha párizsi	Paprika	Csemege szalámi	Margarin (TM is)	Kígyóuborka	Zala felvágott	
		Jégrettek	Méz		Paprika	
Energia: 403,2 kCal 1689,4 kJoule	Energia: 281,5 kCal 1180,2 kJoule	Energia: 389,3 kCal 1627,2 kJoule	Energia: 555,8 kCal 2335,3 kJoule	Energia: 339,2 kCal 1422,8 kJoule	Energia: 385,7 kCal 1616,2 kJoule	
Fehérje: 16,7 g	Fehérje: 14,7 g	Fehérje: 12,1 g	Fehérje: 9,9 g	Fehérje: 15,0 g	Fehérje: 14,8 g	
Zsír: 14,4 g	Zsír: 4,6 g	Zsír: 17,6 g	Zsír: 10,6 g	Zsír: 10,2 g	Zsír: 17,7 g	
Szénhidrát: 12,2 g	Szénhidrát: 39,3 g	Szénhidrát: 31,1 g	Szénhidrát: 92,7 g	Szénhidrát: 41,8 g	Szénhidrát: 38,0 g	
Koleszterin: 29,3 g	Koleszterin: 0,0 g	Koleszterin: 32,4 g	Koleszterin: 32,5 g	Koleszterin: 19,5 g	Koleszterin: 32,4 g	
Telített zsír: 0,0 g	Telített zsír: 2,3 g	Telített zsír: 4,8 g	Telített zsír: 3,3 g	Telített zsír: 0,9 g	Telített zsír: 4,8 g	
glutén,soja	glutén,tej	glutén,soja	tej,glutén	glutén,tej	glutén,soja	<u>Allergének:</u>
Cukortartalom: 19,8 g	22,3 g	20,4 g	25,2 g	21,0 g	20,4 g	
Sótartalom: 2,3 g	1,3 g	1,8 g	1,6 g	1,0 g	1,6 g	
E b é d						
Vegyes zöldségleves	Pírtott tésztaleves	Karfiol leves	Meggyleves	Csontleves	Alföldi gulyásleves	
Székelykáposzta	Mézes-must.csirkeragu	Paprikás burg.virslivel	Bácskai rizseshús	Eperlevél	Ízes bukta (ebéd)	
Tejföl	Petrezselymes rizs	Kovászos uborka	Csalamádé	Főtt tojás		
	Túró rudi	Alma		Zöldborsófőzelék		
				Mandarin		
Energia: 558,9 kCal 2204,8 kJoule	Energia: 1074,9 kCal 4339,1 kJoule	Energia: 560,2 kCal 2200,1 kJoule	Energia: 880,4 kCal 3554,7 kJoule	Energia: 712,4 kCal 2989,4 kJoule	Energia: 649,9 kCal 2584,1 kJoule	
Fehérje: 18,0 g	Fehérje: 36,0 g	Fehérje: 18,3 g	Fehérje: 30,5 g	Fehérje: 41,3 g	Fehérje: 23,2 g	
Zsír: 38,8 g	Zsír: 37,8 g	Zsír: 20,5 g	Zsír: 37,0 g	Zsír: 26,8 g	Zsír: 14,8 g	
Szénhidrát: 20,5 g	Szénhidrát: 128,0 g	Szénhidrát: 63,0 g	Szénhidrát: 91,8 g	Szénhidrát: 72,6 g	Szénhidrát: 80,6 g	
Koleszterin: 75,4 g	Koleszterin: 71,0 g	Koleszterin: 58,5 g	Koleszterin: 78,0 g	Koleszterin: 319,2 g	Koleszterin: 35,1 g	
Telített zsír: 9,8 g	Telített zsír: 8,6 g	Telített zsír: 2,1 g	Telített zsír: 5,4 g	Telített zsír: 3,9 g	Telített zsír: 2,8 g	
glutén,zeller,tej	zeller,glutén,mustár,tej	glutén,tej,gluén,soja	glutén,tej	zeller,glutén,tojás,tej	zeller,glutén,tej,tojás	<u>Allergének:</u>
Cukortartalom: 5,3 g	12,8 g	1,5 g	17,9 g	3,2 g	2,5 g	
Sótartalom: 4,7 g	5,9 g	5,4 g	2,7 g	5,2 g	2,3 g	
U z s o n n a						
Félbarna kenyér	Kifli	Tepertős pogácsa	Kukoricás kenyér	Félbarna kenyér	Poharas kakaó	
Zöldfűszeres vajkrém	Gyümölcsjoghurt		Körözött	Margarin (TM is)	Magvas kifli	
Kígyóuborka			Paprika	Edami sajt		
Kockasajt						

Energia:	284,5 kCal 1192,4 kJoule	Energia:	444,2 kCal 1862,3 kJoule	Energia:	379,0 kCal 1586,0 kJoule	Energia:	134,3 kCal 564,3 kJoule	Energia:	176,0 kCal 739,1 kJoule	Energia:	275,2 kCal 1095,2 kJoule
Fehérje:	8,1 g	Fehérje:	17,7 g	Fehérje:	9,1 g	Fehérje:	4,4 g	Fehérje:	5,1 g	Fehérje:	11,3 g
Zsír:	14,8 g	Zsír:	7,3 g	Zsír:	2,3 g	Zsír:	0,7 g	Zsír:	5,7 g	Zsír:	5,2 g
Szénhidrát:	29,3 g	Szénhidrát:	76,0 g	Szénhidrát:	47,7 g	Szénhidrát:	27,0 g	Szénhidrát:	24,9 g	Szénhidrát:	45,8 g
Koleszterin:	92,8 g	Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	0,1 g	Koleszterin:	0,1 g	Koleszterin:	20,0 g
Telített zsír:	9,6 g	Telített zsír:	3,6 g	Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	0,1 g	Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	2,2 g
glutén,tej		glutén,tej		tej,glutén,tojás		glutén,tej		glutén,tej		tej,glutén,olajosmag	
Cukortartalom:	3,1 g		20,8 g		0,0 g		0,6 g		0,6 g		18,8 g
Sótartalom:	1,4 g		1,3 g		1,7 g		0,9 g		0,8 g		1,1 g

Allergének: