

2018.05.14 Hétfő	2018.05.15 Kedd	2018.05.16 Szerda	2018.05.17 Csütörtök	2018.05.18 Péntek	2018.05.19 Szombat	2018.05.20 Vasárnap
R e g g e l i						
Citromos tea	Citromos tea	Citromos tea	Vaniliás tej	Feketeribizskés tea		
Teljes kiőrlésű kenyér	Rozsos kenyér	Félbarna kenyér	Citr.tea/tejes foly.esetén	Félbarna kenyér		
Margarin (TM is)	Kenőmájás	Margarin (TM is)	Kakaós foszlós kalács	Margarin (TM is)		
Zala felvágott	Jégretek	Sonka	Margarin (TM is)	Turista szalámi		
Paprika				Paprika		
Energia: 394,0 kCal 1646,9 kJoule	Energia: 343,5 kCal 1441,7 kJoule	Energia: 377,9 kCal 1583,4 kJoule	Energia: 453,1 kCal 1906,2 kJoule	Energia: 385,7 kCal 1616,2 kJoule		
Fehérje: 12,3 g	Fehérje: 16,1 g	Fehérje: 14,3 g	Fehérje: 9,1 g	Fehérje: 14,8 g		
Zsír: 17,7 g	Zsír: 12,0 g	Zsír: 17,6 g	Zsír: 14,1 g	Zsír: 17,7 g		
Szénhidrát: 31,9 g	Szénhidrát: 38,1 g	Szénhidrát: 36,9 g	Szénhidrát: 60,1 g	Szénhidrát: 38,0 g		
Koleszterin: 32,4 g	Koleszterin: 0,0 g	Koleszterin: 32,4 g	Koleszterin: 32,5 g	Koleszterin: 32,4 g		
Telített zsír: 4,8 g	Telített zsír: 4,3 g	Telített zsír: 4,8 g	Telített zsír: 5,9 g	Telített zsír: 4,8 g		
glutén, szója	glutén, tej, szója	glutén, szója	tej, glutén, tojás	glutén, szója		<u>Allergének:</u>
Cukortartalom: 20,4 g	20,4 g	20,4 g	32,1 g	20,4 g		
Sótartalom: 1,8 g	1,3 g	1,6 g	0,9 g	1,6 g		
E b é d						
Húsleves	Paradicsomleves	Zöldséges brokkolileves	Almaleves	Alma		
Cérumetélt	Fasírt	Must-póré pulykaragu	Rakott burgonya	Palócleves		
Sült virsli	Burgonyapüré	Párolt rizs	Csemege uborka	Mákos szórát		
Finomfőzelék	Banán			Főtt tészta (rövid metélt)		
Energia: 584,5 kCal 2453,8 kJoule	Energia: 893,9 kCal 3744,7 kJoule	Energia: 1046,8 kCal 4389,8 kJoule	Energia: 755,7 kCal 3162,9 kJoule	Energia: 1079,9 kCal 4384,5 kJoule		
Fehérje: 30,4 g	Fehérje: 30,9 g	Fehérje: 37,4 g	Fehérje: 33,5 g	Fehérje: 33,5 g		
Zsír: 35,7 g	Zsír: 34,3 g	Zsír: 43,4 g	Zsír: 30,2 g	Zsír: 47,4 g		
Szénhidrát: 31,7 g	Szénhidrát: 108,4 g	Szénhidrát: 112,2 g	Szénhidrát: 80,1 g	Szénhidrát: 113,8 g		
Koleszterin: 104,5 g	Koleszterin: 695,7 g	Koleszterin: 112,1 g	Koleszterin: 220,3 g	Koleszterin: 41,6 g		
Telített zsír: 4,7 g	Telített zsír: 2,2 g	Telített zsír: 7,2 g	Telített zsír: 3,0 g	Telített zsír: 4,5 g		
zeller, glutén, gluén, szója tej	glutén, tojás, tej	tej, glutén, mustár	glutén, tej, tojás, szója	glutén, tej, olajosmag		<u>Allergének:</u>
Cukortartalom: 0,5 g	19,2 g	1,4 g	20,3 g	20,4 g		
Sótartalom: 7,0 g	4,0 g	6,4 g	5,3 g	4,6 g		
U z s o n n a						
Sajtos rúd	Zsemle	Kukoricás kenyér	Teljes kiőrlésű kenyér	Korpás kifli		
	Margarin (TM is)	Magyaros vajkrém	Húspástétom	Kockasajt		
	Méz	Lilahagyma	Kígyóuborka			

Energia:	342,0 kCal 1431,0 kJoule	Energia:	374,0 kCal 1568,4 kJoule	Energia:	276,1 kCal 1157,4 kJoule	Energia:	261,5 kCal 1092,8 kJoule	Energia:	170,6 kCal 655,6 kJoule
Fehérje:	13,7 g	Fehérje:	6,8 g	Fehérje:	5,1 g	Fehérje:	8,0 g	Fehérje:	6,6 g
Zsír:	3,5 g	Zsír:	5,6 g	Zsír:	14,6 g	Zsír:	9,6 g	Zsír:	3,8 g
Szénhidrát:	71,6 g	Szénhidrát:	71,6 g	Szénhidrát:	30,9 g	Szénhidrát:	23,0 g	Szénhidrát:	26,8 g
Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	89,7 g	Koleszterin:	19,5 g	Koleszterin:	18,0 g
Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	9,6 g	Telített zsír:	1,0 g	Telített zsír:	1,7 g
tej,glutén,tojás		glutén		glutén,tej		glutén,tej		glutén,tej	
Cukortartalom:	0,0 g		0,0 g		2,6 g		1,2 g		0,9 g
Sótartalom:	2,6 g		1,3 g		1,3 g		1,2 g		1,2 g

Allergének: