

2019.02.04 Hétfő	2019.02.05 Kedd	2019.02.06 Szerda	2019.02.07 Csütörtök	2019.02.08 Péntek	2019.02.09 Szombat	2019.02.10 Vasárnap
R e g g e l i						
Málnás tea	Citromos tea	Citromos tea	Kakaó	Barackos tea		
Teljes kiőrlésű kenyér	Félbarna kenyér	Kukoricás kenyér	Citr.tea/tejes foly.esetén	Rozsos kenyér		
Margarin (TM is)	Tojáskrém	Margarin (TM is)	Briós 65 gr	Főtt virsli		
Sonka		Delikát uborkás Párizsi		Mustár		
Paprika				Ketchup		
Energia: 303,0 kCal 1266,7 kJoule	Energia: 526,4 kCal 2210,4 kJoule	Energia: 203,0 kCal 851,9 kJoule	Energia: 428,5 kCal 1787,1 kJoule	Energia: 324,2 kCal 1360,5 kJoule		
Fehérje: 9,4 g	Fehérje: 30,2 g	Fehérje: 6,8 g	Fehérje: 9,6 g	Fehérje: 14,3 g		
Zsír: 13,6 g	Zsír: 28,7 g	Zsír: 5,4 g	Zsír: 8,4 g	Zsír: 11,3 g		
Szénhidrát: 24,5 g	Szénhidrát: 31,1 g	Szénhidrát: 28,8 g	Szénhidrát: 65,1 g	Szénhidrát: 31,7 g		
Koleszterin: 24,9 g	Koleszterin: 1870,8 g	Koleszterin: 2,5 g	Koleszterin: 25,0 g	Koleszterin: 37,5 g		
Telített zsír: 3,7 g	Telített zsír: 1,0 g	Telített zsír: 0,4 g	Telített zsír: 4,3 g	Telített zsír: 0,0 g		
glutén, szója	glutén, tojás, tej	glutén, szója	tej, glutén, tojás	glutén, gluén, szója, mustár		
Cukortartalom: 15,7 g	16,0 g	15,7 g	26,1 g	17,4 g		
Sótartalom: 1,4 g	1,6 g	0,8 g	0,4 g	1,9 g		
E b é d						
Alma	Zöldborsóleves	Karfiol krémleves	Zöldbaleves	Húsgaluska leves		
Csontleves	Sült sertésszelet	Levesgyöngy	Sajtkrémes csirkeragu	Káposztás kocka		
Eperlevél	Vegyes gyümölcsmártás	Pásztortarhonya	Bulgur			
Kelkáposzta főzelék	Főtt burgonya(fél adag)	Csemege uborka	Banán			
Dínó szelet						
Energia: 683,5 kCal 2868,1 kJoule	Energia: 575,3 kCal 2409,7 kJoule	Energia: 562,7 kCal 2334,0 kJoule	Energia: 779,3 kCal 3271,3 kJoule	Energia: 623,1 kCal 2614,5 kJoule		
Fehérje: 23,4 g	Fehérje: 30,8 g	Fehérje: 20,7 g	Fehérje: 37,1 g	Fehérje: 26,7 g		
Zsír: 46,0 g	Zsír: 16,9 g	Zsír: 22,3 g	Zsír: 26,5 g	Zsír: 22,5 g		
Szénhidrát: 38,8 g	Szénhidrát: 70,4 g	Szénhidrát: 64,7 g	Szénhidrát: 92,9 g	Szénhidrát: 73,4 g		
Koleszterin: 42,0 g	Koleszterin: 52,0 g	Koleszterin: 65,0 g	Koleszterin: 59,9 g	Koleszterin: 395,0 g		
Telített zsír: 7,5 g	Telített zsír: 3,3 g	Telített zsír: 3,2 g	Telített zsír: 4,1 g	Telített zsír: 2,0 g		
zeller, glutén, szója, tojás	glutén, tej	glutén, tej, tojás, szója	glutén, tej	tojás, zeller, glutén		
Cukortartalom: 1,6 g	8,9 g	2,6 g	1,8 g	3,0 g		
Sótartalom: 5,3 g	6,5 g	3,7 g	4,9 g	3,0 g		
U z s o n n a						
Túrós táská 65 gr.	Kockasajt	Félbarna kenyér	Korpás zsemle	Iskolatej		
	Magvas kifli	Tepertőkrém	Margarin (TM is)	Kifli		
	Zöldfűszeres vajkrém	Lilahagyma	Trappista sajt			
	Kígyóuborka		Jégretrek			

Allergének:

Allergének:

Energia:	201,5 kCal 843,1 kJoule	Energia:	265,3 kCal 1051,6 kJoule	Energia:	355,5 kCal 1489,1 kJoule	Energia:	187,6 kCal 785,5 kJoule	Energia:	194,1 kCal 812,4 kJoule
Fehérje:	7,2 g	Fehérje:	7,6 g	Fehérje:	4,6 g	Fehérje:	6,1 g	Fehérje:	6,6 g
Zsír:	3,9 g	Zsír:	12,8 g	Zsír:	25,3 g	Zsír:	5,5 g	Zsír:	1,6 g
Szénhidrát:	33,2 g	Szénhidrát:	29,4 g	Szénhidrát:	21,2 g	Szénhidrát:	0,8 g	Szénhidrát:	37,9 g
Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	75,5 g	Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	0,1 g
Telített zsír:	1,7 g	Telített zsír:	7,8 g	Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	0,0 g
tej,glutén,tojás		tej,glutén,olajosmag		glutén		glutén,tej		tej,glutén	
Cukortartalom:	1,6 g		2,1 g		0,5 g		0,0 g		0,0 g
Sótartalom:	0,1 g		1,5 g		0,6 g		1,1 g		0,8 g

Allergének: