

	2019.05.06. hétfő	2019.05.07. kedd	2019.05.08. szerda	2019.05.09. csütörtök	2019.05.10. péntek	2019.05.11. szombat
Tízórai	TEJ 2,8%-os Fonott Kalács vajasan Körte	TEJ 2,8%-os Pick Rákóczi Szalámi Teljes kiőrlésű kifli Jégsaláta Banán	TEJ 2,8%-os Gépsonka Szezámós rozsos zsemle Tv-paprika Rágórépa	TEJ 2,8%-os NapsiOvi Fetazell krém Teljes kiőrlésű kifli Kaliforniai paprika Banán	TEJ 2,8%-os Pick Sertés párizsi Teljes kiőrlésű búzakenyér Jégsaláta Alma	
	Tápérték / Allergének: En: 1078 kj /257 kc Fehérje: 10,5 gr Szh.: 30,9 gr Cuk:1,3gr Só:0,2 gr Zsír:12,1 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0,4 gr Glutén, Tojás,	Tápérték / Allergének: En: 1803 kj /429 kc Fehérje: 16,2 gr Szh.: 57,1 gr Cuk:0,9gr Só:0,7 gr Zsír:12 gr Tzs:2 gr Kalc:0,5 gr Glutén, Szójabab, Tej	Tápérték / Allergének: En: 1385 kj /330 kc Fehérje: 16,9 gr Szh.: 39,4 gr Cuk:0,1gr Só:0,5 gr Zsír:11,2 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0,4 gr Tojás, Szójabab,	Tápérték / Allergének: En: 1643 kj /391 kc Fehérje: 15,1 gr Szh.: 58,8 gr Cuk:0,8gr Só:0,3 gr Zsír:10,2 gr Tzs:0,3 gr Kalc:0,5 gr Glutén, Szójabab, Tej,	Tápérték / Allergének: En: 1510 kj /360 kc Fehérje: 15,3 gr Szh.: 43,4 gr Cuk:0,1gr Só:1,1 gr Zsír:11,4 gr Tzs:1,7 gr Kalc:0,4 gr Glutén, Szójabab, Tej	
Ebéd	Palócleves Zöldbabbal Grízes metélt ahogy Csilla néni szereti	Burgonyafőzelék Szezámós pulyka vagdalt Búzakenyér teljes kiőrlésű	Meggyleves Csirkés rizottó Vitamin saláta	Zöldbab főzelék Pulyka - aprópecsenye Meggyes múzliszelet	Savanyú vetrece Bulgur	
	Tápérték / Allergének: En: 2464 kj /587 kc Fehérje: 19,6 gr Szh.: 89,7 gr Cuk:8,5gr Só:3 gr Zsír:14,4 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej,	Tápérték / Allergének: En: 2051 kj /488 kc Fehérje: 20,8 gr Szh.: 55,5 gr Cuk:0,2gr Só:3,2 gr Zsír:20,2 gr Tzs:0,1 gr Kalc:0,1 gr Glutén, Tojás,	Tápérték / Allergének: En: 2958 kj /704 kc Fehérje: 34,1 gr Szh.: 88,6 gr Cuk:17,5gr Só:1,5 gr Zsír:22,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0,1 gr Tojás, Tej, Dió	Tápérték / Allergének: En: 1802 kj /429 kc Fehérje: 23,1 gr Szh.: 34,6 gr Cuk:11,5gr Só:2,4 gr Zsír:21,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0,1 gr Glutén, Tojás,	Tápérték / Allergének: En: 2059 kj /490 kc Fehérje: 24,7 gr Szh.: 59,4 gr Cuk:0gr Só:2,2 gr Zsír:16,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás,	

	2019.05.06. hétfő	2019.05.07. kedd	2019.05.08. szerda	2019.05.09. csütörtök	2019.05.10. péntek	2019.05.11. szombat
Uzsonna	Limonádé NapsiOvi Metélőhagymás túrókrém Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom	Málna tea Pick Majorannás Májas Teljes kiőrlésű búzakenyér	Limonádé Trappista sajtkecskák Delma joghurtos margarin Teljes kiőrlésű búzakenyér	Citrus-menta tea Mizó Pick kolbászos vajkrém Korpás zsemle	Limonádé Sós pereg	
	<i>Tápérték / Allergének:</i> <i>En: 594 kj /142 kc</i> <i>Fehérje: 5,3 gr</i> <i>Sznh.: 26,6 gr</i> <i>Cuk:7,1gr Só:0,4 gr</i> <i>Zsír:0,9 gr Tzs:0,2 gr</i> <i>Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének:</i> <i>En: 711 kj /169 kc</i> <i>Fehérje: 5,3 gr</i> <i>Sznh.: 26,8 gr</i> <i>Cuk:7,2gr Só:0,9 gr</i> <i>Zsír:2,4 gr Tzs:1,5 gr</i> <i>Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének:</i> <i>En: 911 kj /217 kc</i> <i>Fehérje: 9,3 gr</i> <i>Sznh.: 27,2 gr</i> <i>Cuk:7,3gr Só:0,8 gr</i> <i>Zsír:9,9 gr Tzs:0,2 gr</i> <i>Kalc:0,1 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének:</i> <i>En: 590 kj /140 kc</i> <i>Fehérje: 4,1 gr</i> <i>Sznh.: 23 gr</i> <i>Cuk:0gr Só:0,5 gr</i> <i>Zsír:2,6 gr Tzs:0,2 gr</i> <i>Kalc:0 gr</i> <i>Tojás, Szójabab, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének:</i> <i>En: 655 kj /156 kc</i> <i>Fehérje: 3,6 gr</i> <i>Sznh.: 27,3 gr</i> <i>Cuk:10,3gr Só:0,9 gr</i> <i>Zsír:1,7 gr Tzs:1,1 gr</i> <i>Kalc:0 gr</i> <i>Tojás, Szójabab, Tej</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 4137 kj /985 kc</i> <i>Fehérje: 35,3 gr</i> <i>Sznh.: 147,2 gr</i> <i>Cuk:16,9gr Só:3,6 gr</i> <i>Zsír:27,4 gr Tzs:1 gr</i> <i>Kalc:0,4 gr</i>	<i>En: 4565 kj /1087 kc</i> <i>Fehérje: 42,3 gr</i> <i>Sznh.: 139,4 gr</i> <i>Cuk:8,2gr Só:4,8 gr</i> <i>Zsír:34,6 gr Tzs:3,6 gr</i> <i>Kalc:0,6 gr</i>	<i>En: 5255 kj /1251 kc</i> <i>Fehérje: 60,4 gr</i> <i>Sznh.: 155,2 gr</i> <i>Cuk:24,9gr Só:2,7 gr</i> <i>Zsír:43,7 gr Tzs:0,6 gr</i> <i>Kalc:0,6 gr</i>	<i>En: 4035 kj /961 kc</i> <i>Fehérje: 42,3 gr</i> <i>Sznh.: 116,4 gr</i> <i>Cuk:12,4gr Só:3,2 gr</i> <i>Zsír:34,5 gr Tzs:0,4 gr</i> <i>Kalc:0,6 gr</i>	<i>En: 4225 kj /1006 kc</i> <i>Fehérje: 43,6 gr</i> <i>Sznh.: 130,1 gr</i> <i>Cuk:10,5gr Só:4,1 gr</i> <i>Zsír:29,9 gr Tzs:2,8 gr</i> <i>Kalc:0,4 gr</i>	