

	2022.05.16. Hétfő	2022.05.17. Kedd	2022.05.18. Szerda	2022.05.19. Csütörtök	2022.05.20. Péntek
Reggeli	SZEZÁMMAGOS ZSEMLE Ó. MARGARIN Ó. CSIRKEMELL SONKA Ó. ZÖLDPAPRIKA Ó. VANÍLIÁS TEJ Ó. Energ.(Kcal): 323.67 Feh.(g): 13.23 Zsír(g): 6.48 Szénh.(g): 44.65 Cukor(g): 13.10 Telített.zs(g): 3.39 Só(g): 1.11 Allergének: 1, 11, 7,	KARAMELLÁS KALÁCS Ó. TEJ 2,8% Ó. ALMA E.Ó. Energ.(Kcal): 311.40 Feh.(g): 10.25 Zsír(g): 8.05 Szénh.(g): 48.00 Cukor(g): 12.36 Telített.zs(g): 2.70 Só(g): 0.20 Allergének: 7,	KORPÁS KENYÉR Ó. HALPÁSTÉTOM Ó. PÓRÉHAGYMA Ó. ALMALÉ 2DL 100% Ó. Energ.(Kcal): 291.15 Feh.(g): 11.42 Zsír(g): 4.89 Szénh.(g): 46.31 Cukor(g): 20.86 Telített.zs(g): 1.26 Só(g): 2.05 Allergének: 1, 4, 3,	ROZSKENYÉR Ó. SAJTKRÉM Ó. RETEK Ó. GYÜMÖLCS TEA Ó. Energ.(Kcal): 177.15 Feh.(g): 4.98 Zsír(g): 3.46 Szénh.(g): 32.12 Cukor(g): 6.52 Telített.zs(g): 1.71 Só(g): 0.69 Allergének: 1, 7,	KUKORICÁS KENYÉR Ó. RÁNTOTTA Ó. CITROMOS ZÖLDTEA Ó. ALMA E.Ó. Energ.(Kcal): 251.74 Feh.(g): 11.94 Zsír(g): 5.64 Szénh.(g): 35.61 Cukor(g): 11.46 Telített.zs(g): 0.21 Só(g): 1.24 Allergének: 1, 3,
Ebéd	ZÖLDBAB LEVES Ó. DIÓS TÉSZTA Ó. Energ.(Kcal): 403.10 Feh.(g): 11.65 Zsír(g): 11.26 Szénh.(g): 61.82 Cukor(g): 16.57 Telített.zs(g): 0.46 Só(g): 2.39 Allergének: 1, 3, 9, 8,	RIZSSZEM LEVES Ó. FINOMFŐZELÉK Ó. VAGDALT HÚS Ó. TK. KENYÉR Ó. Energ.(Kcal): 572.33 Feh.(g): 24.18 Zsír(g): 12.39 Szénh.(g): 80.42 Cukor(g): 22.10 Telített.zs(g): 0.88 Só(g): 4.81 Allergének: 1, 9, 7, 3, 11,	FRANKFURTI LEVES Ó. BUKTA Ó. Energ.(Kcal): 540.52 Feh.(g): 14.69 Zsír(g): 10.77 Szénh.(g): 90.85 Cukor(g): 43.91 Telített.zs(g): 4.36 Só(g): 1.74 Allergének: 1, 3, 7,	ZÖLDSÉGLEVES Ó. MARHAPÖRKÖLT Ó. NOKEDLI TK.Ó. CSEMEGE UBORKA Ó. BANÁN E.Ó. Energ.(Kcal): 350.49 Feh.(g): 17.35 Zsír(g): 6.17 Szénh.(g): 53.93 Cukor(g): 3.81 Telített.zs(g): 2.41 Só(g): 4.92 Allergének: 9, 1, 3,	BROKKOLIKRÉMLEVES Ó. LEVESGYÖNGY Ó. PAPRIKÁS SÜLT CSIRKEMELL Ó. BURGONYAPÜRE Ó. CÉKLASALÁTA Ó. NUTRIBELLA TELJ.KI.KEKSZ Ó. Energ.(Kcal): 478.41 Feh.(g): 18.93 Zsír(g): 15.93 Szénh.(g): 27.34 Cukor(g): 8.88 Telített.zs(g): 7.80 Só(g): 4.19 Allergének: 1, 7,
Uzsonna	KÖRTE Ó. Energ.(Kcal): 52.00 Feh.(g): 0.40 Szénh.(g): 12.00 Cukor(g): 7.50	GYÜMÖLCS JOGHURT Ó. Energ.(Kcal): 83.30 Feh.(g): 2.80 Zsír(g): 3.00 Szénh.(g): 11.90 Cukor(g): 11.60	MANDARIN Ó. MÜZLI SZÍVECSKE Ó. Energ.(Kcal): 156.75 Feh.(g): 0.70 Zsír(g): 4.25 Szénh.(g): 25.05 Cukor(g): 3.00 Telített.zs(g): 2.20 Só(g): 0.13 Allergének: 1,	VANÍLIÁS MINITEKERCS Ó. Energ.(Kcal): 211.20 Feh.(g): 2.70 Zsír(g): 10.27 Szénh.(g): 26.58 Cukor(g): 12.96 Telített.zs(g): 5.22 Só(g): 0.35 Allergének: 1,	TÚRÓ RUDI Ó. Energ.(Kcal): 108.00 Feh.(g): 2.90 Zsír(g): 5.40 Szénh.(g): 12.00 Cukor(g): 11.00 Telített.zs(g): 4.50 Só(g): 0.08 Allergének: 7,