

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 Felelő reggeli	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY KIFLI (44 G)	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZSEMLE, KORPÁS ZÖLDPAPRIKA	Tea KENŐMÁJAS MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS	Tejeskávé MARGARIN (RAMA) BRIÓS NAGY (95 G) Pizzás csiga	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) SZALÁMI, NYÁRI ZSEMLE, KORPÁS KÍGYÓUBORKA
	energia: 677KCal/2834KJ szénhidrát: 73g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 5577KCal/23336 szénhidrát: 1000g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 5464KCal/22860 szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 1080KCal/4518K szénhidrát: 159g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 5380KCal/22508 szénhidrát: 1000g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
05 Felelő ebéd	Rizsleves 4. Székelykáposzta 4. KENYÉR (BAKONYI BARNA)	Karfiolleves 4. Marhapörkölt 4. Tésztaköret 4. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Sajtkrémléves Rántott halfilé 4. Petrezselymes burgonya 4. Tartármártás 4.	Daragaluska leves 4. Sült csirkemell 4. Vadasmártás 4. Tésztaköret 4.	Sertésragu leves 4. Rizsfelfűjt 4. EPER EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL ALMA
	energia: 817KCal/3420KJ szénhidrát: 65g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	energia: 929KCal/3888KJ szénhidrát: 81g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 845KCal/3537KJ szénhidrát: 81g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás Tartalmazhat: tej	energia: 1040KCal/4349K szénhidrát: 116g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 1012KCal/4234KJ szénhidrát: 133g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
09 Felelő vacsora	Paprikás burgonya virslivel CSEMEGE UBORKA	Finomfőzelék 4. VIRSLI	Bolognai spagetti 4.	Burgonyapüré 4. Töltött csirkecomb 4.	Szeletelt szalámi ROSTOS ÖSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS SAJT, MEDVE (25G/DB) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ
	energia: 348KCal/1457KJ szénhidrát: 41g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 528KCal/2210KJ szénhidrát: 39g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 721KCal/3019KJ szénhidrát: 74g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 679KCal/2842KJ szénhidrát: 65g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6376KCal/26678 szénhidrát: 603g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, m Tartalmazhat:
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>02 gyermek ebéd alsós</b>	Rizsleves 2. Székelykáposzta 2. KENYÉR (BAKONYI BARNA)	Karfiolleves 2. Marhapörkölt 2. Tésztaköret 2. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Sajtkrémeleves Rántott halfilé 2. Petrezselymes burgonya 2. Tartármártás 2.	Daragaluska leves 2. Vadasmártás 2. Sült csirkemell 2. Tésztaköret 2.	Sertésragu leves 2. Rizsfelfújt 2. EPER EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL ALMA
	energia: 589Kcal/2465KJ szénhidrát: 49g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	energia: 697Kcal/2918KJ szénhidrát: 65g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 602Kcal/2519KJ szénhidrát: 64g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás Tartalmazhat: tej	energia: 756Kcal/3164KJ szénhidrát: 88g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 807Kcal/3376KJ szénhidrát: 112g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
<b>03 gyermek tízórai</b>	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY KIFLI (44 G)	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZSEMLE, KORPÁS ZÖLDPAPRIKA	Tea KENŐMÁJAS MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS	TEJ, KARAMELLAS (2 DL) BRIÓS NAGY (95 G)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) ZSEMLE, KORPÁS SZALÁMI, NYÁRI KÍGYÓUBORKA
	energia: 413Kcal/1730KJ szénhidrát: 47g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 2885Kcal/12070 szénhidrát: 511g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 2805Kcal/11736 szénhidrát: 509g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 504Kcal/2109KJ szénhidrát: 108g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 2798Kcal/11708 szénhidrát: 511g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
<b>04 gyermek ebéd felsős</b>	Rizsleves 3. Székelykáposzta 3. KENYÉR (BAKONYI BARNA)	Karfiolleves 3. Marhapörkölt 3. Tésztaköret 3. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Sajtkrémeleves Rántott halfilé 3. Petrezselymes burgonya 3. Tartármártás 3. Petrezselymes burgonya 3.	Daragaluska 3. Sült csirkemell 3. Vadasmártás 3. Tésztaköret 3.	Sertésragu leves 3. Rizsfelfújt 3. EPER EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL ALMA
	energia: 714Kcal/2989KJ szénhidrát: 62g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	energia: 816Kcal/3416KJ szénhidrát: 74g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 986Kcal/4125KJ szénhidrát: 117g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás Tartalmazhat: tej	energia: 851Kcal/3562KJ szénhidrát: 100g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 918Kcal/3833KJ szénhidrát: 122g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
<b>07 gyermek uzsonna</b>	ALMA LEKVÁROS TÁSKA (62 G)	KREMTURO, MAZSOLAS, VANILIÁS KIFLI (44 G)	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) KAKAÓS CSIGA (52 G)	ROSTOS OSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Pizzás csiga	Zsemle, vizes JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL)
	energia: 318Kcal/1329KJ szénhidrát: 54g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 2413Kcal/10096 szénhidrát: 232g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 381Kcal/1595KJ szénhidrát: 51g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 11g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 231Kcal/968KJ szénhidrát: 58g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 Felelő reggeli	Tea MARGARIN (RAMA) MÉZ (DOBOZOS 30 G) BRIÓS NAGY (95 G)	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, TÜRISTA, ERDÉLYI KIFLI (44 G) ZÖLDPAPRIKA	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALÁDÉ BÜRKIFLI DIÓS (63 G)	Tea MARGARIN, ÉTKEZÉSI, 35 % ZSÍR SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KORPÁS	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) SZALÁMI, TÜRISTA, ERDÉLYI KIFLI (VAJAS 34 G) RETEK, HÓNAPOS
	energia: 950KCal/3973KJ fehérje: 19g zsír/telített: 30g/0g szénhidrát: 160g cukor: 67g só: 0,01g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 750KCal/3136KJ fehérje: 19g zsír/telített: 43g/0g szénhidrát: 74g cukor: 20g só: 1,13g Allergén:glutén Tartalmazhat:	energia: 5739KCal/24011 fehérje: 232g zsír/telített: 77g/0g szénhidrát: 1027g cukor: 8g só: 4,57g Allergén:dióféle,glutén,tej Tartalmazhat:	energia: 5394KCal/22567 fehérje: 227g zsír/telített: 47g/0g szénhidrát: 999g cukor: 20g só: 4,46g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	energia: 626KCal/2619KJ fehérje: 16g zsír/telített: 32g/0g szénhidrát: 37g cukor: 20g só: 1,15g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:
05 Felelő ebéd	Zöldségleves 4. Csilis bab KENYÉR (BAKONYI BARNÁ) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Sertésragu leves 4. Túrós metélt 4. NARANCS	Gyümölcsleves 4. Sült csirkecomb 4. Petrezselymes rizs 4. Párolt mexikói vegyeszöldség 4.	Gombaleves 4. Brassói aprópecsenye 4. Főtt burgonya 4. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Lebbencsleves 4. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN
	energia: 6741KCal/28202 fehérje: 118g zsír/telített: 402g/0g szénhidrát: 598g cukor: 2g só: 4,48g Allergén:csillagfűrt,dióféle,glutén,hal, Tartalmazhat:	energia: 659KCal/2752KJ fehérje: 26g zsír/telített: 47g/0g szénhidrát: 33g cukor: 17g só: 2,77g Allergén:glutén,tej,zeller Tartalmazhat:	energia: 1004KCal/4199K fehérje: 37g zsír/telített: 34g/0g szénhidrát: 133g cukor: 30g só: 7,44g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	energia: 775KCal/3242KJ fehérje: 30g zsír/telített: 42g/0g szénhidrát: 63g cukor: 1g só: 4,73g Allergén:glutén,zeller Tartalmazhat:	energia: 662KCal/2769KJ fehérje: 14g zsír/telített: 21g/0g szénhidrát: 100g cukor: 1g só: 2,23g Allergén:glutén,tojás Tartalmazhat:
09 Felelő vacsora	Tea VIRSLI MUSTÁR ZSEMLE, KORPÁS	Brokkolifőzelék 4. Vagdalt pogácsa baromfi húsból 4	Rántott sajt 4. Burgonyapüré 4. CSEMEGE UBORKA	Mákos guba 4. Vaníliásodó 4.	ROSTOS OZSIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS Szeletelt szalámi MINI MARGARIN (100x10 G) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ
	energia: 5491KCal/22876 fehérje: 230g zsír/telített: 61g/0g szénhidrát: 999g cukor: 20g só: 6,93g Allergén:glutén,mustár Tartalmazhat:	energia: 506KCal/2119KJ fehérje: 35g zsír/telített: 22g/0g szénhidrát: 41g cukor: 0g só: 4,28g Allergén:glutén,tej,tojás Tartalmazhat:	energia: 1029KCal/4294K fehérje: 44g zsír/telített: 56g/0g szénhidrát: 88g cukor: 0g só: 5,33g Allergén:glutén,tej,tojás Tartalmazhat:	energia: 852KCal/3566KJ fehérje: 27g zsír/telített: 28g/0g szénhidrát: 124g cukor: 38g só: 1,73g Allergén:glutén,tej,tojás Tartalmazhat:	energia: 6314KCal/26418 fehérje: 91g zsír/telített: 365g/0g szénhidrát: 602g cukor: 11g só: 2,03g Allergén:csillagfűrt,dióféle,glutén,hal,m Tartalmazhat:
	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g fehérje: 0g zsír/telített: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
02 gyermek ebéd alsós	Zöldségleves 2. Csilis bab KENYÉR (BAKONYI BARNA) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Sertésragu leves 2. Túrós metélt 2. NARANCS	Gyümölcsleves 2. Sült csirkecomb 2. Petrezselymes rizs 2. Párolt mexikói vegyeszöldség 2.	Gombaleves 2. Brassói aprópecsenye 2. Főtt burgonya 2. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Lebbencsleves 2. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN
	energia: 6628Kcal/27731 szénhidrát: 583g fehérje: 115g zsír/tejtett: 397g/0g cukor: 2g só.: 3,71g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 684Kcal/2861KJ szénhidrát: 72g fehérje: 28g zsír/tejtett: 31g/0g cukor: 17g só.: 3,03g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 634Kcal/2652KJ szénhidrát: 83g fehérje: 24g zsír/tejtett: 22g/0g cukor: 23g só.: 4,74g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 572Kcal/2395KJ szénhidrát: 51g fehérje: 22g zsír/tejtett: 29g/0g cukor: 1g só.: 4,59g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	energia: 426Kcal/1782KJ szénhidrát: 71g fehérje: 9g zsír/tejtett: 11g/0g cukor: 0g só.: 1,68g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:
03 gyermek tízórai	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) BRIÓS NAGY (95 G)	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, TÚRISTA, ERDÉLYI KIFLI (44 G) ZÖLDPAPRIKA	Kakaó ital BÚRKIFLI DIÓS (63 G)	Tea MARGARIN, ÉTKEZÉSI, 35 % ZSÍR SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KORPÁS	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) KIFLI (VAJAS 34 G) RETEK, HÓNAPOS
	energia: 472Kcal/1973KJ szénhidrát: 79g fehérje: 23g zsír/tejtett: 18g/0g cukor: 12g só.: 0,00g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 466Kcal/1948KJ szénhidrát: 48g fehérje: 12g zsír/tejtett: 26g/0g cukor: 20g só.: 0,57g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 419Kcal/1755KJ szénhidrát: 48g fehérje: 15g zsír/tejtett: 20g/0g cukor: 8g só.: 0,40g Allergén: dióféle, glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 277Kcal/1159KJ szénhidrát: 51g fehérje: 116g zsír/tejtett: 26g/0g cukor: 20g só.: 2,47g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 260Kcal/1088KJ szénhidrát: 29g fehérje: 4g zsír/tejtett: 7g/0g cukor: 20g só.: 0,62g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
04 gyermek ebéd felsős	Zöldségleves 3. Csilis bab KENYÉR (BAKONYI BARNA) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Sertésragu leves 3. Túrós metélt 3. NARANCS	Gyümölcsleves 3. Sült csirkecomb 3. Petrezselymes rizs 3. Párolt mexikói vegyeszöldség 3.	Gombaleves 3. Brassói aprópecsenye 3. Főtt burgonya 3. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Lebbencsleves 3. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN
	energia: 6658Kcal/27857 szénhidrát: 586g fehérje: 116g zsír/tejtett: 399g/0g cukor: 2g só.: 4,02g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 793Kcal/3319KJ szénhidrát: 80g fehérje: 33g zsír/tejtett: 37g/0g cukor: 17g só.: 3,60g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 734Kcal/3073KJ szénhidrát: 92g fehérje: 29g zsír/tejtett: 26g/0g cukor: 23g só.: 5,62g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 789Kcal/3301KJ szénhidrát: 79g fehérje: 33g zsír/tejtett: 35g/0g cukor: 1g só.: 5,50g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	energia: 438Kcal/1832KJ szénhidrát: 73g fehérje: 9g zsír/tejtett: 11g/0g cukor: 1g só.: 2,00g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:
07 gyermek uzsonna	MEZ (DOBOZOS 30 G) Tea KENYÉR (FÉLBARNA) MARGARIN (RAMA)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA SAJTOS RÚD (44 G)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS MARGARIN (RAMA) PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALADÉ	TÚRO RUDI (30 G) BANÁN	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY
	energia: 338Kcal/1416KJ szénhidrát: 73g fehérje: 6g zsír/tejtett: 9g/0g cukor: 44g só.: 1,21g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 275Kcal/1151KJ szénhidrát: 32g fehérje: 4g zsír/tejtett: 14g/0g cukor: 11g só.: 0,00g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 2735Kcal/11443 szénhidrát: 502g fehérje: 110g zsír/tejtett: 30g/0g cukor: 11g só.: 2,31g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 988Kcal/4010KJ szénhidrát: 34g fehérje: 4g zsír/tejtett: 1g/0g cukor: 4g só.: 0,08g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 2773Kcal/11601 szénhidrát: 502g fehérje: 114g zsír/tejtett: 33g/0g cukor: 11g só.: 1,40g Allergén: glutén Tartalmazhat:
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g cukor: 0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g cukor: 0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g cukor: 0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g cukor: 0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g cukor: 0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek					
<b>01 Felelő reggeli</b>	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZSEMLE, KORPÁS	Tea VAJ, SZENDVICS ZSEMLE, KORPÁS JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL) Főtt kemény tojás 4.	Tejeskávé BRIÓS NAGY (95 G) MARGARIN (RAMA) EPER EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY KIFLI, KORPÁS RETEK, HÓNAPOS	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) GÉPSONKA KIFLI (VAJAS 34 G) ZÖLDPAPRIKA					
	energia: 5565Kcal/23286 szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 224g cukor: 20g zsír/tejtett: 73g/0g só.: 2,80g	energia: 5541Kcal/23182 szénhidrát: 1040g Allergén: glutén, tejsz, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 235g cukor: 20g zsír/tejtett: 62g/0g só.: 3,58g	energia: 1094Kcal/4577K szénhidrát: 162g Allergén: tejsz Tartalmazhat:	fehérje: 29g cukor: 51g zsír/tejtett: 35g/0g só.: 0,41g	energia: 641Kcal/2684KJ szénhidrát: 1000g Allergén: glutén, tejsz Tartalmazhat:	fehérje: 227g cukor: 20g zsír/tejtett: 63g/0g só.: 2,56g	energia: 460Kcal/1924KJ szénhidrát: 37g Allergén: glutén, tejsz Tartalmazhat:	fehérje: 19g cukor: 20g zsír/tejtett: 12g/0g só.: 1,73g
<b>05 Felelő ebéd</b>	Daragaluska leves 4. Zöldborsófőzelék 4. PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALÁDÉ KENYÉR (FÉLBARNA) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Fokhagyma krémleves Rántott csirkemell 4. Petrezselymes burgonya 4. CSEMEGE UBORKA	Frankfurti leves 4. Tarhonyás hús sertésből 4. CSEMEGE UBORKA	Csontleves 4. Zöldbabfőzelék 4. Vagdalt pogácsa sertésből 4. KENYÉR (FÉLBARNA)	Zöldségleves 4. Bolognai spagetti 4. ALMA					
	energia: 6911Kcal/28916 szénhidrát: 632g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	fehérje: 124g cukor: 2g zsír/tejtett: 409g/0g só.: 8,35g	energia: 954Kcal/3990KJ szénhidrát: 96g Allergén: glutén, tejsz, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 49g cukor: 0g zsír/tejtett: 40g/0g só.: 6,45g	energia: 1116Kcal/4689K szénhidrát: 113g Allergén: glutén, tejsz, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 53g cukor: 2g zsír/tejtett: 48g/0g só.: 5,54g	energia: 870Kcal/3638KJ szénhidrát: 82g Allergén: glutén, tejsz, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 34g cukor: 1g zsír/tejtett: 42g/0g só.: 5,24g	energia: 975Kcal/4079KJ szénhidrát: 106g Allergén: glutén, tejsz, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 37g cukor: 21g zsír/tejtett: 43g/0g só.: 5,93g
<b>09 Felelő vacsora</b>	Sajtos metélt 4.	Sárgaborsó főzelék 4. FÜSTÖLT, FŐTT TARJA	Natúr sertésszelet 4. Párolt rizs 4. Meggymártás 4.	Túrós derelye 4. BANÁN	Szeletelt szalámi - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS SAJT, MEDVE (25G/DB)					
	energia: 557Kcal/2330KJ szénhidrát: 67g Allergén: glutén, tejsz, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 23g cukor: 0g zsír/tejtett: 22g/0g só.: 2,71g	energia: 451Kcal/1886KJ szénhidrát: 33g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 26g cukor: 0g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 5,21g	energia: 869Kcal/3635KJ szénhidrát: 120g Allergén: glutén, tejsz Tartalmazhat:	fehérje: 32g cukor: 33g zsír/tejtett: 28g/0g só.: 4,09g	energia: 830Kcal/3471KJ szénhidrát: 137g Allergén: glutén, tejsz, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 26g cukor: 20g zsír/tejtett: 20g/0g só.: 2,06g	energia: 6376Kcal/26678 szénhidrát: 603g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, m, Tartalmazhat:	fehérje: 94g cukor: 11g zsír/tejtett: 370g/0g só.: 2,04g
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>02 gyermek ebéd alsós</b>	Daragaluska leves 2. Zöldborsófőzelék 2. PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALADÉ KENYÉR (FÉLBARNA) CSOKOLADÉ, ÉTCSOKOLADÉ	Fokhagyma krémleves Rántott csirkemell 2. Petrezselymes burgonya 2. CSEMEGE UBORKA	Frankfurti leves 2. Tarhonyás hús sertésből 2. CSEMEGE UBORKA	Csontleves 2. Zöldbabfőzelék 2. Vagdalt pogácsa sertésből 2. KENYÉR (FÉLBARNA)	Zöldségleves 2. Bolognai spagetti 2. ALMA
	energia: 6642Kcal/2778g fehérje: 112g zsír/tejtett: 396g/0g szénhidrát: 602g cukor: 1g só: 6,44g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 774Kcal/3240KJ fehérje: 37g zsír/tejtett: 33g/0g szénhidrát: 80g cukor: 0g só: 5,17g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 813Kcal/3403KJ fehérje: 33g zsír/tejtett: 44g/0g szénhidrát: 68g cukor: 2g só: 5,03g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 713Kcal/2982KJ fehérje: 27g zsír/tejtett: 32g/0g szénhidrát: 68g cukor: 2g só: 5,70g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 746Kcal/3121KJ fehérje: 29g zsír/tejtett: 31g/0g szénhidrát: 85g cukor: 21g só: 4,51g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
<b>03 gyermek tízórai</b>	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZSEMLE, KORPÁS	Tea ZSEMLE, KORPÁS VAJ, SZENDVICS SAJT, MEDVE (25G/DB)	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) BRIÓS NAGY (95 G)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSTA Pizzás csiga	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) KIFLI (VAJAS 34 G) ZÖLDPAPRIKA
	energia: 2873Kcal/12020 fehérje: 114g zsír/tejtett: 41g/0g szénhidrát: 509g cukor: 20g só: 1,40g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 2738Kcal/11454 fehérje: 108g zsír/tejtett: 28g/0g szénhidrát: 510g cukor: 20g só: 1,41g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 472Kcal/1973KJ fehérje: 23g zsír/tejtett: 18g/0g szénhidrát: 79g cukor: 12g só: 0,00g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 53Kcal/223KJ fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g szénhidrát: 13g cukor: 11g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 263Kcal/1101KJ fehérje: 4g zsír/tejtett: 7g/0g szénhidrát: 30g cukor: 20g só: 0,54g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
<b>04 gyermek ebéd felsős</b>	Daragaluska leves 3. Zöldborsófőzelék 3. PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALADÉ KENYÉR (FÉLBARNA) CSOKOLADÉ, ÉTCSOKOLADÉ	Fokhagyma krémleves Rántott csirkemell 3. Petrezselymes burgonya 3. CSEMEGE UBORKA	Frankfurti leves 3. Tarhonyás hús sertésből 3. CSEMEGE UBORKA	Csontleves 3. Zöldbabfőzelék 3. Vagdalt pogácsa sertésből 3. KENYÉR (FÉLBARNA)	Zöldségleves 3. Bolognai spagetti 3. ALMA
	energia: 6763Kcal/28296 fehérje: 118g zsír/tejtett: 404g/0g szénhidrát: 611g cukor: 1g só: 7,52g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 867Kcal/3629KJ fehérje: 43g zsír/tejtett: 36g/0g szénhidrát: 89g cukor: 0g só: 5,91g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 944Kcal/3948KJ fehérje: 38g zsír/tejtett: 52g/0g szénhidrát: 80g cukor: 2g só: 5,67g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 813Kcal/3402KJ fehérje: 31g zsír/tejtett: 37g/0g szénhidrát: 74g cukor: 2g só: 6,55g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 861Kcal/3601KJ fehérje: 33g zsír/tejtett: 37g/0g szénhidrát: 95g cukor: 21g só: 5,34g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
<b>07 gyermek uzsonna</b>	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) KAKAÓS CSIGA (52 G)	KIFLI (44 G) JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL)	TURO RUDI (30 G) BANÁN	ZSEMLE, KORPÁS MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY RETEK, HÓNAPOS	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSTA ZSEMLE, KORPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY
	energia: 381Kcal/1595KJ fehérje: 17g zsír/tejtett: 23g/0g szénhidrát: 51g cukor: 5g só: 0,00g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 272Kcal/1138KJ fehérje: 16g zsír/tejtett: 9g/0g szénhidrát: 67g cukor: 0g só: 1,05g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 958Kcal/4010KJ fehérje: 4g zsír/tejtett: 1g/0g szénhidrát: 34g cukor: 4g só: 0,08g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 2739Kcal/11462 fehérje: 117g zsír/tejtett: 34g/0g szénhidrát: 491g cukor: 0g só: 2,46g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 2773Kcal/11601 fehérje: 114g zsír/tejtett: 33g/0g szénhidrát: 502g cukor: 11g só: 1,40g Allergén: glutén Tartalmazhat:
	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g szénhidrát: 0g cukor: 0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>01 Felelő reggeli</b>	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS Májkrem	Tea MARGARIN (RAMA) CSEMEGE GEPKARAJ ZSEMLE, KÖRPÁS ZÖLDPAPRIKA	Tea SAJT, ZSIROS, TEJSZINKREMSAJT ZSEMLE, KÖRPÁS Sajtos croissan	Kakaó ital LEKVÁROS TÁSKA (62 G) KENYÉR (FÉLBARNA) MARGARIN (RAMA)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY KIFLI (VAJAS 34 G) ZÖLDPAPRIKA
	energia: 5269Kcal/22044 szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 5351Kcal/22388 szénhidrát: 1000g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 5332Kcal/22309 szénhidrát: 1000g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 783Kcal/3275KJ szénhidrát: 104g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 661Kcal/2764KJ szénhidrát: 37g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
<b>05 Felelő ebéd</b>	Rántott leves 4. Lencsefőzelék 4. CSEMEGE DEBRECENI KENYÉR (FÉLBARNA)	Húsgombóc leves 4. Darás metélt 4. ŐSZIBARACK, BEFŐTT	Zellerkrémleves 4. Rakott savanyúkáposzta 4. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Paradicsomleves 4. Rántott halfilé 4. Petrezselymes rizs 4. Tartármártás 4.	Gulyásleves, zöldséges 4. Mákos kalács 4. NARANCS
	energia: 1072Kcal/4485KJ szénhidrát: 107g Allergén: glutén, mustár, tej Tartalmazhat:	energia: 929Kcal/3887KJ szénhidrát: 144g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 6618Kcal/27689 szénhidrát: 569g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 1230Kcal/5147KJ szénhidrát: 151g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás, zell Tartalmazhat:	energia: 953Kcal/3987KJ szénhidrát: 110g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
<b>09 Felelő vacsora</b>	Paprikás burgonya virslivel CSEMEGE UBORKA	Sült csirkemell 4. Majonéz kukoricasaláta 4. Zsemle, vizes	Aranygaluska 4. Vaníliásodó 4.	Finomfőzelék 4. VIRSLI	ROSTOS ŐSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Szeletelt szalámi CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ SAJT, MEDVE (25G/DB)
	energia: 348Kcal/1457KJ szénhidrát: 41g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 521Kcal/2180KJ szénhidrát: 44g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 814Kcal/3405KJ szénhidrát: 102g Allergén: dióféle, glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 528Kcal/2210KJ szénhidrát: 39g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 6376Kcal/26678 szénhidrát: 603g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, m Tartalmazhat:
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
02 gyermek ebéd alsós	Rántott leves 2. Lencsefőzelék 2. CSEMEGE DEBRECENI KENYÉR (FÉLBARNA)	Hüsgombóc leves 2. Darás metélt 2. ŐSZIBARACK, BEFŐTT	Zellerkrémleves 2. Rakott savanyúkáposzta 2. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Paradicsomleves 2. Rántott halfilé 2. Petrezselymes rizs 2. Tartármártás 2.	Gulyásleves, zöldséges 2. Mákos kalács 2. NARANCS
	energia: 818KCal/3422KJ szénhidrát: 82g Allergén: glutén, mustár, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 40g cukor: 3g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	zsír/tejtett: 35g/0g só.: 4,28g	energia: 6403KCal/26792 szénhidrát: 554g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	fehéjre: 94g cukor: 1g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás, zell Tartalmazhat:
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS Májkrém	Tea MARGARIN (RAMA) CSEMEGE GEPKARAJ ZSEMLE, KORPÁS ZÖLDPAPRIKA	Tea Sajtos croissan	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) KENYÉR (FÉLBARNA)	Tea KIFLI (VAJAS 34 G) SAJT, MEDVE (25G/DB)
	energia: 2675KCal/11192 szénhidrát: 509g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 105g cukor: 20g Allergén: glutén Tartalmazhat:	zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,40g	energia: 2734KCal/11438 szénhidrát: 511g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 115g cukor: 20g Allergén: glutén Tartalmazhat:
04 gyermek ebéd felsős	Rántott leves 3. Lencsefőzelék 3. CSEMEGE DEBRECENI KENYÉR (FÉLBARNA)	Hüsgombóc leves 3. Darás metélt 3. ŐSZIBARACK, BEFŐTT	Zellerkrémleves 3. Rakott savanyúkáposzta 3. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Paradicsomleves 3. Rántott halfilé 3. Petrezselymes rizs 3. Tartármártás 3.	Gulyásleves, zöldséges 3. Mákos kalács 3. NARANCS
	energia: 1007KCal/4214K szénhidrát: 100g Allergén: glutén, mustár, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 48g cukor: 4g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	zsír/tejtett: 43g/0g só.: 5,31g	energia: 808KCal/3380KJ szénhidrát: 126g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 21g cukor: 37g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:
07 gyermek uzsonna	ALMA TÚRÓS BATYU (75 G)	KREMTÚRO, MAZSOLAS, VANILIAS KIFLI (44 G)	ROSTOS ŐSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS SAJT, ZSIROS, TEJSZINKREMSAJT	ALMA LEKVÁROS TÁSKA (62 G)	ROSTOS ŐSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZÖLDPAPRIKA
	energia: 333KCal/1392KJ szénhidrát: 45g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 9g cukor: 27g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	zsír/tejtett: 6g/0g só.: 0,57g	energia: 2713KCal/11353 szénhidrát: 503g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 106g cukor: 11g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g Allergén: Tartalmazhat:	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g Allergén: Tartalmazhat: