

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek										
01 Felelő reggeli		Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS Májkrem	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS GÉPSONKA	TEJ, PASZTORÓZOTT (1,5 %) MARGARIN (RAMA) KENYÉR (BAKONYI BARNA) FELVÁGOTT TÜRISTA Zöldhagyma	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) ZÖLDPAPRIKA KIFLI, KÖRPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY										
	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0g	energia: 146kCal/610kJ szénhidrát: 998g Allergén:glutén Tartalmazhat:	fehérje: 210g cukor: 20g	zsír/teletett 46g/0g/2,80g	energia: 242kCal/1012kJ szénhidrát: 998g Allergén:glutén Tartalmazhat:	fehérje: 224g cukor: 20g	zsír/teletett 50g/0g/3,47g	energia: 589kCal/2463kJ szénhidrát: 53g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	fehérje: 35g cukor: 0g	zsír/teletett 41g/0g/1,34g	energia: 599kCal/2505kJ szénhidrát: 1000g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	fehérje: 225g cukor: 20g	zsír/teletett 58g/0g/1,02g
05 Felelő ebéd		Zöldségleves 4. Zöldbabfőzelék 4. Sertéspörkölt feltétként	Sertésragu leves 4. Darás metélt 4. ALMA	Paradicsomleves 4. Sült csirkecomb 4. Bulgur	Daragluska leves 4. Tökfőzelék 4. Vagdalt pogácsa sertéshúsból 4.										
	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 659kCal/2758kJ szénhidrát: 46g Allergén:glutén,tej,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 30g cukor: 2g	zsír/teletett 39g/0g/5,54g	energia: 1013kCal/4238kJ szénhidrát: 139g Allergén:glutén,tojás,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 30g cukor: 44g	zsír/teletett 36g/0g/4,07g	energia: 981kCal/4103kJ szénhidrát: 119g Allergén:glutén,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 43g cukor: 10g	zsír/teletett 39g/0g/5,54g	energia: 824kCal/3449kJ szénhidrát: 59g Allergén:glutén,tej,tojás,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 26g cukor: 2g	zsír/teletett 52g/0g/5,22g
09 Felelő vacsora		TEJ, PASZTORÓZOTT (1,5 %) MARGARIN (RAMA) KALÁCS (FOSZLÓS) ALMA	Rakott burgonya 4.	Tea ZSEMLE, KÖRPÁS VIRSLI MUSTÁR	RÖSTÖS ÖSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ SAJT, MEDVE (25G/DB) KENYÉR (FÉLBARNA)										
	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 544kCal/2277kJ szénhidrát: 93g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	fehérje: 22g cukor: 26g	zsír/teletett 24g/0g/1,66g	energia: 509kCal/2130kJ szénhidrát: 48g Allergén:tej,tojás Tartalmazhat:	fehérje: 19g cukor: 0g	zsír/teletett 24g/0g/3,39g	energia: 499kCal/2087kJ szénhidrát: 999g Allergén:glutén,mustár Tartalmazhat:	fehérje: 230g cukor: 20g	zsír/teletett 61g/0g/6,93g	energia: 826kCal/3456kJ szénhidrát: 76g Allergén:csillagfűrt,dióféle,glutén,hal,m Tartalmazhat:	fehérje: 38g cukor: 11g	zsír/teletett 41g/0g/2,44g
	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g
	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g	energia: 0kCal/0kJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/teletett 0g/0g/0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
01 Felelő reggeli	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS MÉZ (DOBOZOS 30 G)	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KÖRPÁS	Tea MARGARIN (RAMA) KIFLI (44 G) FELVÁGOTT, PAPRIKÁS FARMER	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) KALÁCS (FOSZLÓS)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) FELVÁGOTT, CSIRKESONKA ZSEMLE, KÖRPÁS ZÖLDPAPRIKA	
	energia: 175KCal/733KJ szénhidrát: 1022g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 210g cukor: 44g zsír/tejtett: 46g/0g só: 2,81g	energia: 351KCal/1467KJ szénhidrát: 999g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 227g cukor: 20g zsír/tejtett: 63g/0g só: 4,26g	energia: 418KCal/1742KJ szénhidrát: 72g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 18g cukor: 20g zsír/tejtett: 46g/0g só: 3,52g
05 Felelő ebéd	Zöldborsóleves 4. Túrós metélt 4. ALMA	Rántott leves 4. Paradicsomos káposztafőzelék 4. Natúr sertésszelet 4.	Karalábéleves 4. Rántott halfilé 4. Petrezselymes burgonya 4. Tartármártás 4.	Fokhagyma krémleves Hentestokány 0. Tarhonyaköret 4.	Gyümölcsleves 4. Vagdalt szelet 0. Párolt rizs 4.	
	energia: 552KCal/2311KJ szénhidrát: 44g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 19g cukor: 14g zsír/tejtett: 35g/0g só: 2,78g	energia: 664KCal/2779KJ szénhidrát: 57g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 31g cukor: 14g zsír/tejtett: 34g/0g só: 6,63g	energia: 973KCal/4070KJ szénhidrát: 92g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás, zell Tartalmazhat:	fehérje: 46g cukor: 8g zsír/tejtett: 62g/0g só: 7,58g
09 Felelő vacsora	Rántott sajt 4. Párolt brokkoli 4.	Tejberizs 4. ŐSZIBARACK, BEFŐTT	Tea Gombás pizza 4.	Tea Bundás zsemle 4.	ROSTOS ŐSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ SZALÁMI, CSABAI VÉKONY SAJT, MEDVE (25G/DB)	
	energia: 773KCal/3234KJ szénhidrát: 39g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 42g cukor: 0g zsír/tejtett: 53g/0g só: 4,98g	energia: 503KCal/2106KJ szénhidrát: 93g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 14g cukor: 33g zsír/tejtett: 9g/0g só: 0,73g	energia: 892KCal/3732KJ szénhidrát: 121g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 33g cukor: 24g zsír/tejtett: 30g/0g só: 3,51g
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek										
04 gyermek ebéd felsős	Zöldborsóleves 3. Túrós metélt 3. ALMA	Rántott leves 3. Paradicsomos káposztafőzelék 3. Natúr sertésszelet 3.	Karalábéleves 3. Rántott halfilé 3. Petrezselymes burgonya 3. Tartármártás 3.	Fokhagyma krémleves Hentestokány 0. Tarhonyaköret 3.	Gyümölcsleves 3. Párolt rizs 3. Vagdalt szelet 0.										
	energia: 687Kcal/2873KJ szénhidrát: 88g Allergén: glutén,tejj,tojás,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 26g cukor: 14g	zsír/tejtett: 26g/0g só.: 3,61g	energia: 544Kcal/2277KJ szénhidrát: 47g Allergén: glutén,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 25g cukor: 11g	zsír/tejtett: 28g/0g só.: 5,92g	energia: 810Kcal/3388KJ szénhidrát: 83g Allergén: glutén,hal,mustár,tejj,tojás,zell Tartalmazhat:	fehérje: 32g cukor: 5g	zsír/tejtett: 51g/0g só.: 6,08g	energia: 1028Kcal/4293KJ szénhidrát: 77g Allergén: glutén,tejj,tojás,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 52g cukor: 0g	zsír/tejtett: 56g/0g só.: 5,39g	energia: 635Kcal/2655KJ szénhidrát: 101g Allergén: glutén,tejj,tojás Tartalmazhat:	fehérje: 19g cukor: 23g	zsír/tejtett: 16g/0g só.: 2,13g
07 gyermek uzsonna	Pizzás csiga ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSTA	BANÁN CSOKOLÁDÉ, TEJCSOKOLÁDÉ	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSTA SAJTOS RÚD (44 G)	Tea ZSEMLE, KORPÁS Májkrem	LEKVÁROS TASKA (62 G) ALMA										
	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 13g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 11g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 6025Kcal/25210 szénhidrát: 553g Allergén:tejj Tartalmazhat:	fehérje: 79g cukor: 0g	zsír/tejtett: 368g/0g só.: 1,53g	energia: 275Kcal/1151KJ szénhidrát: 32g Allergén: glutén,tejj Tartalmazhat:	fehérje: 4g cukor: 11g	zsír/tejtett: 14g/0g só.: 0,00g	energia: 106Kcal/444KJ szénhidrát: 50g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 105g cukor: 20g	zsír/tejtett: 15g/0g só.: 1,40g	energia: 290Kcal/1215KJ szénhidrát: 48g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 5g cukor: 24g	zsír/tejtett: 23g/0g só.: 0,01g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek					
01 Felnőtt reggeli	Tea ZSEMLE, KÖRPÁS MARGARIN (RAMA) ÁFONYA, JAM, CUKROZOTT	Tea Körözött tehéntúróból tejföllel 100 g KIFLI (44 G) KÍGYÓUBORKA	TEJ, PASZTOROZOTT (2,8 %) KUKORICAPEHELY Sajtos croissan	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KÖRPÁS	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) KIFLI, KÖRPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZÖLDPAPRIKA					
	energia: 196KCal/820KJ szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 210g cukor: 20g zsír/tejtett: 46g/0g só.: 2,80g	energia: 247KCal/1032KJ szénhidrát: 77g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 19g cukor: 20g zsír/tejtett: 9g/0g só.: 2,16g	energia: 396KCal/1658KJ szénhidrát: 65g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 15g cukor: 0g zsír/tejtett: 9g/0g só.: 1,70g	energia: 351KCal/1467KJ szénhidrát: 999g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 227g cukor: 20g zsír/tejtett: 63g/0g só.: 4,26g	energia: 599KCal/2505KJ szénhidrát: 1000g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 225g cukor: 20g zsír/tejtett: 58g/0g só.: 1,02g
05 Felnőtt ebéd	Tojásleves 4. Bolognai spagetti 4.	Sertéshús leves 4. Parajfőzelék 4. Főtt burgonya 4.	Zöldségleves 4. Rizi bizi 4. Göngyölt hús	Karfiolleves 4. Vadasmártás 4. Zsemlegombóc 4. Sült csirkemell 4.	Gulyásleves, zöldséges 4. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN					
	energia: 917KCal/3838KJ szénhidrát: 82g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 40g cukor: 0g zsír/tejtett: 46g/0g só.: 5,93g	energia: 682KCal/2852KJ szénhidrát: 72g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 31g cukor: 2g zsír/tejtett: 27g/0g só.: 4,92g	energia: 1034KCal/4328KJ szénhidrát: 112g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 43g cukor: 2g zsír/tejtett: 44g/0g só.: 7,74g	energia: 883KCal/3694KJ szénhidrát: 91g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 47g cukor: 14g zsír/tejtett: 36g/0g só.: 7,45g	energia: 1104KCal/4620KJ szénhidrát: 119g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 28g cukor: 2g zsír/tejtett: 54g/0g só.: 2,20g
09 Felnőtt vacsora	Tea VIRSLI ZSEMLE, KÖRPÁS MUSTÁR	Rizseshús	Paprikás burgonya virslivel	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS GÉPSONKA	ROSTOS ÖSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ KENYÉR (FÉLBARNA) SAJT, MEDVE (25G/DB)					
	energia: 499KCal/2087KJ szénhidrát: 999g Allergén: glutén, mustár Tartalmazhat:	fehérje: 230g cukor: 20g zsír/tejtett: 61g/0g só.: 6,93g	energia: 768KCal/3214KJ szénhidrát: 80g Allergén: zeller Tartalmazhat:	fehérje: 29g cukor: 0g zsír/tejtett: 35g/0g só.: 2,44g	energia: 334KCal/1397KJ szénhidrát: 38g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 10g cukor: 0g zsír/tejtett: 14g/0g só.: 1,23g	energia: 338KCal/1405KJ szénhidrát: 997g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 238g cukor: 3g zsír/tejtett: 56g/0g só.: 4,09g	energia: 670KCal/2802KJ szénhidrát: 76g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, m Tartalmazhat:	fehérje: 23g cukor: 11g zsír/tejtett: 26g/0g só.: 2,44g
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek						
02 gyermek ebéd alsós	Tojásleves 2. Bolognai spagetti 2.	Sertéshús leves 2. Parajfőzelék 2. Natúr sertésszelet 2. Főtt burgonya 2.	Zöldségleves 2. Rizi bizi 2. Göngyölt hús	Karfiolleves 2. Vadasmártás 2. Zsemlegombóc 2. Sült csirkemell 2.	Gulyásleves, zöldséges 2. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN						
	energia: 675Kcal/2823KJ szénhidrát: 62g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 30g cukor: 0g zsír/tejtett: 32g/0g só.: 4,48g	energia: 733Kcal/3068KJ szénhidrát: 65g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 40g cukor: 1g zsír/tejtett: 32g/0g só.: 6,24g	energia: 775Kcal/3243KJ szénhidrát: 70g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 39g cukor: 2g zsír/tejtett: 37g/0g só.: 5,70g	energia: 645Kcal/2700KJ szénhidrát: 68g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 33g cukor: 9g zsír/tejtett: 26g/0g só.: 6,72g	energia: 588Kcal/2459KJ szénhidrát: 67g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 16g cukor: 1g zsír/tejtett: 27g/0g só.: 1,66g	
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS ÁFONYA, JAM, CUKROZOTT	Tea Körözött tehéntúróból tejföllel 100 g KIFLI (44 G) KÍGYÓUBORKA	TEJ, PASZTÓRÓZOTT (2,8 %) Sajtos croissan	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KORPÁS	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY KIFLI (44 G) ZÖLDPAPRIKA						
	energia: 147Kcal/615KJ szénhidrát: 50g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 105g cukor: 20g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,40g	energia: 167Kcal/700KJ szénhidrát: 49g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 10g cukor: 20g zsír/tejtett: 5g/0g só.: 1,09g	energia: 112Kcal/470KJ szénhidrát: 10g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 7g cukor: 0g zsír/tejtett: 6g/0g só.: 0,23g	energia: 250Kcal/1046KJ szénhidrát: 51g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 116g cukor: 20g zsír/tejtett: 34g/0g só.: 2,37g	energia: 310Kcal/1298KJ szénhidrát: 48g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 14g cukor: 20g zsír/tejtett: 20g/0g só.: 0,57g	
04 gyermek ebéd felsős	Tojásleves 3. Bolognai spagetti 3.	Sertéshús leves 3. Parajfőzelék 3. Főtt burgonya 3.	Zöldségleves 3. Göngyölt hús Rizi bizi 3.	Karfiolleves 3. Zsemlegombóc 3. Vadasmártás 3. Sült csirkemell 3.	Gulyásleves, zöldséges 3. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN						
	energia: 793Kcal/3318KJ szénhidrát: 72g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 35g cukor: 0g zsír/tejtett: 39g/0g só.: 5,32g	energia: 609Kcal/2549KJ szénhidrát: 66g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 27g cukor: 2g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 5,65g	energia: 461Kcal/1928KJ szénhidrát: 67g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 12g cukor: 2g zsír/tejtett: 18g/0g só.: 3,74g	energia: 775Kcal/3244KJ szénhidrát: 79g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 9g cukor: 13g zsír/tejtett: 5g/0g só.: 0,56g	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 13g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 11g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 853Kcal/3567KJ szénhidrát: 93g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:
07 gyermek uzsonna	TURO RUDI (30 G) ALMA	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSTA ZSEMLE, KORPÁS Parizer MARGARIN (RAMA)	ALMA TÚRÓS BATYU (75 G)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSTA Pizzás csiga	KIFLI (44 G) JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL)						
	energia: 879Kcal/3678KJ szénhidrát: 14g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 2g cukor: 16g zsír/tejtett: 2g/0g só.: 0,01g	energia: 89Kcal/359KJ szénhidrát: 50g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	fehérje: 105g cukor: 11g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,40g	energia: 305Kcal/1278KJ szénhidrát: 40g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 9g cukor: 21g zsír/tejtett: 5g/0g só.: 0,56g	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 13g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 11g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 161Kcal/674KJ szénhidrát: 67g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 18g cukor: 0g zsír/tejtett: 9g/0g só.: 1,05g	
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 Felelő reggeli	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS SAJT, MEDVE (25G/DB)	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS FELVÁGOTT TÜRISTA	Tea MARGARIN (RAMA) KENŐMÁJAS ZSEMLE, KÖRPÁS KÍGYÓUBORKA	Tejeskávé KALÁCS (FOSZLÓS) MARGARIN (RAMA)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) FÜSTÖLT, FŐTT TARJA KIFLI, KÖRPÁS ZÖLDPAPRIKA
	energia: 160KCal/688KJ szénhidrát: 998g fehérje: 211g zsír/tejtett: 47g/0g só.: 2,82g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 451KCal/1885KJ szénhidrát: 997g fehérje: 237g zsír/tejtett: 69g/0g só.: 3g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 348KCal/1454KJ szénhidrát: 999g fehérje: 220g zsír/tejtett: 63g/0g só.: 20g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 598KCal/2504KJ szénhidrát: 109g fehérje: 22g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 38g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 424KCal/1775KJ szénhidrát: 1000g fehérje: 220g zsír/tejtett: 40g/0g só.: 20g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
05 Felelő ebéd	Daragaluska leves 4. Zöldborsófőzelék 4. VIRSLI CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Zöldbableves 4. Burgonyás tészta 4. Uborkasaláta 4.	Rizsleves 4. Gombás sertésszelet 4. Tésztaköret 4.	Gombaleves 4. Rántott sertésszelet 4. Kukoricás rizs 4.	Frankfurti leves 4. KAKAÓS CSIGA (52 G) ALMA
	energia: 849KCal/3552KJ szénhidrát: 79g fehérje: 45g zsír/tejtett: 50g/0g só.: 6,22g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 799KCal/3343KJ szénhidrát: 120g fehérje: 22g zsír/tejtett: 22g/0g só.: 10g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 894KCal/3742KJ szénhidrát: 86g fehérje: 40g zsír/tejtett: 42g/0g só.: 2g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 1082KCal/4528KJ szénhidrát: 125g fehérje: 42g zsír/tejtett: 43g/0g só.: 1g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 936KCal/3918KJ szénhidrát: 90g fehérje: 21g zsír/tejtett: 51g/0g só.: 26g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
09 Felelő vacsora	Rakott burgonya 4.	Tea CSERKÉSZKOLBÁSZ MUSTÁR ZSEMLE, KÖRPÁS	Tea Pizza	Tejbedara 4. BANÁN	ROSTOS ÖSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ SAJT, MEDVE (25G/DB) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY
	energia: 509KCal/2130KJ szénhidrát: 48g fehérje: 19g zsír/tejtett: 24g/0g só.: 3,39g Allergén: tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 670KCal/2802KJ szénhidrát: 999g fehérje: 235g zsír/tejtett: 76g/0g só.: 20g Allergén: glutén, mustár Tartalmazhat:	energia: 361KCal/1512KJ szénhidrát: 21g fehérje: 32g zsír/tejtett: 17g/0g só.: 20g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 542KCal/2267KJ szénhidrát: 111g fehérje: 16g zsír/tejtett: 5g/0g só.: 22g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 826KCal/3456KJ szénhidrát: 76g fehérje: 38g zsír/tejtett: 41g/0g só.: 11g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, m Tartalmazhat:
	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0g szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek					
02 gyermek ebéd alsós	Daragaluska leves 2. Zöldborsófőzelék 2. VIRSLI CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Zöldbabeleves 2. Burgonyás tészta 2. Uborkasaláta 2.	Rizsleves 2. Gombás sertésszelet 2. Tésztaköret 2.	Gombaleves 2. Rántott sertésszelet 2. Kukoricás rizs 2.	Frankfurti leves 2. KAKAÓS CSIGA (52 G) ALMA					
	energia: 676KCal/2825KJ szénhidrát: 38g 59g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	fehérje: 38g cukor: 1g zsír/telített: 40g/0g só.: 5,17g	energia: 562KCal/2352KJ szénhidrát: 16g 86g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 16g cukor: 7g zsír/telített: 15g/0g só.: 4,14g	energia: 662KCal/2770KJ szénhidrát: 30g 70g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 30g cukor: 1g zsír/telített: 28g/0g só.: 5,06g	energia: 682KCal/2855KJ szénhidrát: 30g 75g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 30g cukor: 1g zsír/telített: 28g/0g só.: 5,01g	energia: 567KCal/2371KJ szénhidrát: 13g 54g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 13g cukor: 20g zsír/telített: 31g/0g só.: 2,71g
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS SAJT, MEDVE (25G/DB)	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS FELVÁGOTT TÜRISTA	ZSEMLE, KORPÁS Tea MARGARIN (RAMA) KENŐMÁJAS KÍGYÓUBORKA	Tejeskávé KALÁCS (FOSZLÓS) MARGARIN (RAMA)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) FÜSTÖLT, FŐTT TARJÁ KIFLI (44 G) ZÖLDPAPRIKA					
	energia: 120KCal/504KJ szénhidrát: 105g 50g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 24g cukor: 20g zsír/telített: 0g/0g só.: 1,41g	energia: 337KCal/1411KJ szénhidrát: 127g 50g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 40g cukor: 3g zsír/telített: 0g/0g só.: 1,80g	energia: 250KCal/1047KJ szénhidrát: 112g 510g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 34g cukor: 20g zsír/telített: 0g/0g só.: 2,52g	energia: 477KCal/1995KJ szénhidrát: 18g 87g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 14g cukor: 34g zsír/telített: 0g/0g só.: 1,24g	energia: 194KCal/811KJ szénhidrát: 11g 48g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 8g cukor: 20g zsír/telített: 0g/0g só.: 2,17g
04 gyermek ebéd felsős	Daragaluska leves 3. Zöldborsófőzelék 3. VIRSLI CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Zöldbabeleves 3. Burgonyás tészta 3. Uborkasaláta 3.	Rizsleves 3. Gombás sertésszelet 3. Tésztaköret 3.	Gombaleves 3. Rántott sertésszelet 3. Kukoricás rizs 3.	Frankfurti leves 3. KAKAÓS CSIGA (52 G) ALMA					
	energia: 753KCal/3149KJ szénhidrát: 40g 67g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	fehérje: 40g cukor: 1g zsír/telített: 45g/0g só.: 5,79g	energia: 676KCal/2828KJ szénhidrát: 102g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 19g cukor: 8g zsír/telített: 18g/0g só.: 4,92g	energia: 779KCal/3258KJ szénhidrát: 34g 79g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 35g cukor: 1g zsír/telített: 0g/0g só.: 6,05g	energia: 823KCal/3444KJ szénhidrát: 35g 91g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 34g cukor: 1g zsír/telített: 0g/0g só.: 6,03g	energia: 872KCal/3647KJ szénhidrát: 19g 87g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 19g cukor: 25g zsír/telített: 47g/0g só.: 3,14g
07 gyermek uzsonna	LEKVÁROS TASKA (62 G) ALMA	TURO RUDI (30 G) BANÁN	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA KAKAÓS CSIGA (52 G)	JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL) CSOKOLÁDÉ, TEJCSOKOLÁDÉ	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA SAJTOS RÚD (44 G)					
	energia: 290KCal/1215KJ szénhidrát: 48g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 5g cukor: 24g zsír/telített: 23g/0g só.: 0,01g	energia: 958KCal/4010KJ szénhidrát: 34g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 4g cukor: 4g zsír/telített: 1g/0g só.: 0,08g	energia: 310KCal/1298KJ szénhidrát: 43g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 4g cukor: 16g zsír/telített: 12g/0g só.: 0,00g	energia: 604KCal/2527KJ szénhidrát: 562g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 91g cukor: 0g zsír/telített: 376g/0g só.: 1,94g	energia: 279KCal/1151KJ szénhidrát: 32g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 4g cukor: 11g zsír/telített: 14g/0g só.: 0,00g
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/telített: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/telített: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/telített: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/telített: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/telített: 0g/0g só.: 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 Felnőtt reggeli	Tea MARGARIN (RAMA) Májkrem ZSEMLE, KORPÁS	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) FELVÁGOTT, PAPRIKÁS FARMER ZSEMLE, KORPÁS	TEJ, PASZTORÓZOTT (2,8 %) KUKORICAPEHELY CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ		
	energia: 146Kcal/610KJ szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 435Kcal/1818KJ szénhidrát: 998g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 455Kcal/1904KJ szénhidrát: 70g Allergén: csillagfűrt, dióféle, hal, mogoró Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:
05 Felnőtt ebéd	Zöldségleves 4. Borsos marhatokány 4. Tésztaköret 4.	Burgonyaleves 4. Mákos metélt 4. ALMA	Daragaluska leves 4. Lecsős sertésszelet 4. Tarhonyaköret 4.		
	energia: 936Kcal/3916KJ szénhidrát: 81g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 930Kcal/3891KJ szénhidrát: 129g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:	energia: 891Kcal/3727KJ szénhidrát: 97g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:
09 Felnőtt vacsora	Töltött paprika 4.	Rántott sajt 4. Párolt rizs 4. Tartármártás 4.	Tea VIRSLI MUSTÁR ZSEMLE, KORPÁS		
	energia: 546Kcal/2283KJ szénhidrát: 50g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 1099Kcal/4597KJ szénhidrát: 103g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 499Kcal/2087KJ szénhidrát: 999g Allergén: glutén, mustár Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ 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: 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:

