

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 Felelő reggeli	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS Májkrém	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS ZÖLDPAPRIKA SZALÁMI, CSABAI VÉKONY	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS Főtt kemény tojás 4.	TEJ, PASZTOROZOTT (1,5 %) KUKORICAPEHELY BÚRKIFLI DIÓS (63 G)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) SZALÁMI, TÚRISTA, ERDÉLYI KIFLI, KÖRPÁS PARADICSOM
	energia: 5269Kcal/22044 szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 5577Kcal/23336 szénhidrát: 1000g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 5409Kcal/22616 szénhidrát: 998g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:	energia: 636Kcal/2661KJ szénhidrát: 96g Allergén: dióféle, glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 631Kcal/2642KJ szénhidrát: 1001g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
05 Felelő ebéd	Rántott leves 4. Bolognai spagetti 4. ALMA	Sertéshús leves 4. Sóskafozélék 4. Natúr sertésszelet 4. Főtt burgonya 4. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Sárgaborsó leves 4. Reszelt máj Petrezselymes rizs 4. CSEMEGE UBORKA	Daragaluska leves 4. Töltött káposzta 4. KENYÉR (FÉLBARNA)	Palóclevés 4. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN
	energia: 930Kcal/3892KJ szénhidrát: 98g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6863Kcal/28713 szénhidrát: 607g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 817Kcal/3418KJ szénhidrát: 131g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 957Kcal/4005KJ szénhidrát: 101g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 1160Kcal/4854KJ szénhidrát: 124g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
09 Felelő vacsora	Rántott sajt 4. Petrezselymes rizs 4. Tartármártás 4.	Kakaó ital KALÁCS (FOSZLÓS) MARGARIN (RAMA) SÁRGABARACK EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL	Rakott burgonya virslivel 4.	Tea Pizza	ROSTOS OZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Szeletelt szalámi CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ KENYÉR (BAKONYI BARNA)
	energia: 1246Kcal/5212KJ szénhidrát: 131g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 645Kcal/2700KJ szénhidrát: 88g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 628Kcal/2629KJ szénhidrát: 48g Allergén: tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 361Kcal/1512KJ szénhidrát: 20g Allergén: 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. Bolognai spagetti 2. ALMA	Sertéshús leves 2. Sóskafőzelék 2. Natúr sertésszelet 2. Főtt burgonya 2. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Sárgaborsó leves 2. Reszelt máj Petrezselymes rizs 2. CSEMEGE UBORKA	Daragaluska leves 2. Töltött káposzta 2. KENYÉR (FÉLBARNA)	Palóclevés 2. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN										
	energia: 714KCal/2985KJ szénhidrát: 27g 79g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 27g cukor: 19g	zsír/tejtett: 30g/0g só.: 4,40g	energia: 6638KCal/27764 szénhidrát: 115g 590g Allergén: csillagfürt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	fehérje: 115g cukor: 8g	zsír/tejtett: 393g/0g só.: 6,35g	energia: 494KCal/2067KJ szénhidrát: 14g 80g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 12g/0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 12g/0g só.: 3,03g	energia: 683KCal/2858KJ szénhidrát: 25g 72g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 25g cukor: 1g	zsír/tejtett: 31g/0g só.: 5,83g	energia: 833KCal/3484KJ szénhidrát: 22g 93g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 22g cukor: 0g	zsír/tejtett: 40g/0g só.: 1,61g
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS Májkrém	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZÖLDPAPRIKA	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Sajtos croissan	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) BÚRKIFLI DIÓS (63 G)	KIFLI (44 G) JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL)										
	energia: 2675KCal/11192 szénhidrát: 105g 509g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 105g cukor: 20g	zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,40g	energia: 2885KCal/12070 szénhidrát: 115g 511g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 115g cukor: 20g	zsír/tejtett: 41g/0g só.: 1,41g	energia: 53KCal/223KJ szénhidrát: 0g 13g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 11g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 401KCal/1676KJ szénhidrát: 18g 51g Allergén: dióféle, glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 18g cukor: 6g	zsír/tejtett: 27g/0g só.: 0,00g	energia: 272KCal/1138KJ szénhidrát: 18g 67g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 18g cukor: 0g	zsír/tejtett: 9g/0g só.: 1,05g
04 gyermek ebéd felsős	Rántott leves 3. Bolognai spagetti 3. ALMA	Sertéshús leves 3. Sóskafőzelék 3. Natúr sertésszelet 3. Főtt burgonya 3. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Sárgaborsó leves 3. Reszelt máj Petrezselymes rizs 3. CSEMEGE UBORKA	Daragaluska leves 3. Töltött káposzta 3. KENYÉR (FÉLBARNA)	Palóclevés 3. POGÁCSA (VAJAS, SÓS 47 G) BANÁN										
	energia: 823KCal/3445KJ szénhidrát: 31g 89g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 31g cukor: 19g	zsír/tejtett: 36g/0g só.: 5,22g	energia: 6731KCal/28164 szénhidrát: 119g 599g Allergén: csillagfürt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	fehérje: 119g cukor: 10g	zsír/tejtett: 398g/0g só.: 7,49g	energia: 583KCal/2438KJ szénhidrát: 16g 92g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 16g cukor: 0g	zsír/tejtett: 15g/0g só.: 3,63g	energia: 794KCal/3324KJ szénhidrát: 29g 81g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 29g cukor: 1g	zsír/tejtett: 37g/0g só.: 6,64g	energia: 904KCal/3783KJ szénhidrát: 24g 98g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 24g cukor: 0g	zsír/tejtett: 45g/0g só.: 1,92g
07 gyermek uzsonna	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) BRIÓS NAGY (95 G)	BANAN Tejszelet	KENYER (FÉLBARNA) MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, NYÁRI	ALMA SAJTOS RÚD (44 G)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS SAJT, MEDVE (25G/DB)										
	energia: 472KCal/1973KJ szénhidrát: 23g 79g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 23g cukor: 12g	zsír/tejtett: 18g/0g só.: 0,00g	energia: 134KCal/560KJ szénhidrát: 2g 32g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 2g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,08g	energia: 399KCal/1671KJ szénhidrát: 14g 39g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 14g cukor: 0g	zsír/tejtett: 19g/0g só.: 1,60g	energia: 304KCal/1270KJ szénhidrát: 4g 36g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 4g cukor: 19g	zsír/tejtett: 15g/0g só.: 0,01g	energia: 2844KCal/11063 szénhidrát: 108g 503g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 108g cukor: 11g	zsír/tejtett: 21g/0g só.: 1,41g
	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 SÁRGABARACK EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL	Tea MARGARIN (RAMA) KENŐMÁJAS ZSEMLE, KÖRPÁS KÍGYÓUBORKA	Tea MARGARIN (RAMA) GÉPSONKA KIFLI (VAJAS 34 G) ZÖLDPAPRIKA	TEJ, KARAMELLAS TÚRÓS BATHY (75 G) CSOKOLÁDÉ, TEJCSOKOLÁDÉ	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) FELVÁGOTT, CSIRKESONKA ZSEMLE, KÖRPÁS PARADICSOM
	energia: 5283Kcal/22104 szénhidrát: 1002g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 5470Kcal/22888 szénhidrát: 999g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 535Kcal/2239KJ szénhidrát: 36g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 6378Kcal/26684 szénhidrát: 587g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 5270Kcal/22049 szénhidrát: 1002g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
05 Felelő ebéd	Sertésragu leves 4. Darás metélt 4. ŐSZIBARACK	Paradicsomleves 4. Brassói aprópecsenye 4. Főtt burgonya 4.	Zöldségleves 4. Lencsefőzelék 4. KOLBÁSZ, DEBRECENI CSEMEGE	Gyümölcsleves 4. Rántott sertésszelet 4. Bulgur CSEMEGE UBORKA	Csontleves 4. Zöldbabfőzelék 4. Vagdalt pogácsa sertéshúsból 4. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ
	energia: 1020Kcal/4268KJ szénhidrát: 141g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 793Kcal/3316KJ szénhidrát: 71g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	energia: 944Kcal/3951KJ szénhidrát: 76g Allergén: glutén, mustár, tej, zeller Tartalmazhat:	energia: 1214Kcal/5079KJ szénhidrát: 165g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6542Kcal/27370 szénhidrát: 563g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, m Tartalmazhat:
09 Felelő vacsora	Zöldborsófőzelék 4. Vagdalt pogácsa sertéshúsból 4.	Tejbedara 4. BANÁN	Natúr halfilé 4. Burgonyapüré 4.	Sajtos metélt 4.	ROSTOS ŐSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS Szeletelt szalámi CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ KENYÉR (BAKONYI BARNA)
	energia: 768Kcal/3205KJ szénhidrát: 60g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 542Kcal/2267KJ szénhidrát: 111g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 576Kcal/2410KJ szénhidrát: 61g Allergén: glutén, hal, tej Tartalmazhat:	energia: 557Kcal/2330KJ szénhidrát: 67g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6301Kcal/26365 szénhidrát: 589g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, m 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:
	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
02 gyermek ebéd alsós	Sertésragu leves 2. Darás metélt 2. ŐSZIBARACK	Paradicsomleves 2. Brassói aprópecsenye 2. Főtt burgonya 2.	Zöldségleves 2. Lencsefőzelék 2. KOLBÁSZ, DEBRECENI CSEMEGE	Gyümölcsleves 2. Rántott sertésszelet 2. Bulgur CSEMEGE UBORKA	Csontleves 2. Zöldbabfőzelék 2. Vagdaltpogácsa sertéshúsból 2. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ
	energia: 778KCal/3255KJ szénhidrát: 111g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 586KCal/2451KJ szénhidrát: 57g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	energia: 723KCal/3023KJ szénhidrát: 59g Allergén: glutén, mustár, tej, zeller Tartalmazhat:	energia: 1027KCal/4297KJ szénhidrát: 145g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6437KCal/26931 szénhidrát: 559g Allergén: csillagfürt, dióféle, glutén, hal, m Tartalmazhat:
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS SÁRGABARACK EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL	Tea MARGARIN (RAMA) KENŐMÁJAS ZSEMLE, KORPÁS KÍGYÓUBORKA	Tea MARGARIN (RAMA) GÉPSONKA KIFLI (VAJAS 34 G) ZÖLDPAPRIKA	TEJ, KARAMELLAS (2 DL) TÚRÓS BATYU (75 G)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) FELVÁGOTT, CSIRKESONKA ZSEMLE, KORPÁS PARADICSOM
	energia: 2685KCal/11232 szénhidrát: 512g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 2812KCal/11764 szénhidrát: 510g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 330KCal/1381KJ szénhidrát: 29g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 408KCal/1706KJ szénhidrát: 78g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 2728KCal/11412 szénhidrát: 513g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
04 gyermek ebéd felsős	Sertésragu leves 3. Darás metélt 3. ŐSZIBARACK	Paradicsomleves 3. Brassói aprópecsenye 3. Főtt burgonya 3.	Zöldségleves 3. Lencsefőzelék 3. KOLBÁSZ, DEBRECENI CSEMEGE	Gyümölcsleves 3. Rántott sertésszelet 3. Bulgur CSEMEGE UBORKA	Csontleves 3. Zöldbabfőzelék 3. Vagdaltpogácsa sertéshúsból 3. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ
	energia: 899KCal/3762KJ szénhidrát: 125g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 680KCal/2845KJ szénhidrát: 65g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	energia: 811KCal/3392KJ szénhidrát: 69g Allergén: glutén, mustár, tej, zeller Tartalmazhat:	energia: 1094KCal/4579KJ szénhidrát: 151g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6537KCal/27351 szénhidrát: 566g Allergén: csillagfürt, dióféle, glutén, hal, m Tartalmazhat:
07 gyermek uzsonna	ROSTOS ŐSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA MARGARIN (RAMA) KENYÉR (FÉLBARNA) PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALÁDÉ	BANAN TÚRÓ RUDI (30 G)	TEJBERIZS	ZSEMLE, KORPÁS Halpástétom	ALMA LEKVÁROS TÁSKA (62 G)
	energia: 389KCal/1644KJ szénhidrát: 42g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 958KCal/4010KJ szénhidrát: 34g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 41KCal/170KJ szénhidrát: 8g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 2608KCal/10902 szénhidrát: 491g Allergén: dióféle, glutén, hal, mogyoró, mu Tartalmazhat:	energia: 318KCal/1329KJ szénhidrát: 54g Allergén: glutén 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) ZSEMLE, KÖRPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KÖRPÁS TÚRÓ RUDI (30 G)	Tea MARGARIN (RAMA) Halpástétom KIFLI (44 G) JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL)	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS Főtt kemény tojás 4. MAJONÉZ	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) KALÁCS (FOSZLÓS) SÁRGABARACK EXTRA DZSEM 70 %-OS GYÜMÖLCSSTARTALOMMA
	energia: 5565Kcal/23286 szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 6298Kcal/26351 szénhidrát: 1001g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 747Kcal/3127KJ szénhidrát: 116g Allergén: dióféle, glutén, hal, mogyoró, mü Tartalmazhat:	energia: 5416Kcal/22662 szénhidrát: 999g Allergén: glutén, mustár, tojás Tartalmazhat:	energia: 645Kcal/2700KJ szénhidrát: 88g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:
05 Felelő ebéd	Lencseleves 4. Mákos metélt 4. ALMA	Májgombóc leves 4. Burgonyafőzelék 4. Sertéspörkölt feltétként CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Brokkolikrémleves 4. Natúr sertésszelet 4. Gombamártás 4. Petrezselymes rizs 4.	Tarhonyaleves 4. Töltött paprika 4. Főtt burgonya 4. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Nyírségi burgonyagombóc leves 0. Tarhonyás hús sertésből 4. CSEMEGE UBORKA ALMA
	energia: 1087Kcal/4549K szénhidrát: 147g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6580Kcal/27532 szénhidrát: 583g Allergén: csillagfűt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 1093Kcal/4573K szénhidrát: 125g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 6825Kcal/28558 szénhidrát: 647g Allergén: csillagfűt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 981Kcal/4103KJ szénhidrát: 122g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
09 Felelő vacsora	Rizseshús	Vagdalt pogácsa sertéshúsból zöldséggel 4. Petrezselymes burgonya 4. CSEMEGE UBORKA	Tea VIRSLI MUSTÁR ZSEMLE, KÖRPÁS	Sült csirkecomb 4. Petrezselymes rizs 4.	ROSTOS OSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Szeletelt szalámi SAJT, MEDVE (25G/DB) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ
	energia: 768Kcal/3214KJ szénhidrát: 80g Allergén: zeller Tartalmazhat:	energia: 616Kcal/2576KJ szénhidrát: 71g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:	energia: 5491Kcal/22976 szénhidrát: 999g Allergén: glutén, mustár Tartalmazhat:	energia: 729Kcal/3052KJ szénhidrát: 94g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 6376Kcal/26678 szénhidrát: 603g Allergén: csillagfűt, dióféle, glutén, hal, m 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:
	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
02 gyermek ebéd alsós	Lencseleves 2. Mákos metélt 2. ALMA	Májgombóc leves 2. Burgonyafőzelék 2. Sertéspörkölt feltétként CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	BrokkolikréMLEVES 4. Natúr sertésszelet 2. Gombamártás 2. Petrezselymes rizs 2.	Tarhonyaleves 2. Töltött paprika 2. Főtt burgonya 2. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Nyírségi burgonyagombóc leves 0. Tarhonyás hús sertésből 2. CSEMEGE UBORKA ALMA
	energia: 823Kcal/3442KJ szénhidrát: 116g fehérje: 26g zsír/tejtett: 26g/0g cukor: 37g só.: 3,02g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6472Kcal/27079 szénhidrát: 572g fehérje: 106g zsír/tejtett: 387g/0g cukor: 2g só.: 4,90g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 741Kcal/3101KJ szénhidrát: 79g fehérje: 33g zsír/tejtett: 31g/0g cukor: 0g só.: 4,69g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat: tej	energia: 6634Kcal/27757 szénhidrát: 625g fehérje: 103g zsír/tejtett: 382g/0g cukor: 10g só.: 6,08g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 788Kcal/3299KJ szénhidrát: 84g fehérje: 37g zsír/tejtett: 34g/0g cukor: 20g só.: 2,62g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KORPÁS	JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL) KIFLI (44 G)	TEA, INSTANT, CITROM IZU Sajtos croissan	Kakaó ital BRIÓS NAGY (95 G)
	energia: 2873Kcal/12020 szénhidrát: 509g fehérje: 114g zsír/tejtett: 41g/0g cukor: 20g só.: 1,40g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 2811Kcal/11763 szénhidrát: 510g fehérje: 116g zsír/tejtett: 34g/0g cukor: 20g só.: 2,37g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 272Kcal/1138KJ szénhidrát: 67g fehérje: 18g zsír/tejtett: 9g/0g cukor: 0g só.: 1,05g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g cukor: 0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 490Kcal/2052KJ szénhidrát: 76g fehérje: 20g zsír/tejtett: 12g/0g cukor: 14g só.: 0,40g Allergén: tej Tartalmazhat:
04 gyermek ebéd felsős	Lencseleves 3. Mákos metélt 3. ALMA	Májgombóc leves 3. Burgonyafőzelék 3. Sertéspörkölt feltétként CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	BrokkolikréMLEVES 4. Natúr sertésszelet 3. Gombamártás 3. Petrezselymes rizs 3.	Tarhonyaleves 3. Töltött paprika 3. Főtt burgonya 3. CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Nyírségi burgonyagombóc leves 0. Tarhonyás hús sertésből 3. CSEMEGE UBORKA ALMA
	energia: 942Kcal/3940KJ szénhidrát: 130g fehérje: 30g zsír/tejtett: 31g/0g cukor: 39g só.: 3,59g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 6531Kcal/27328 szénhidrát: 579g fehérje: 108g zsír/tejtett: 390g/0g cukor: 2g só.: 5,53g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 843Kcal/3528KJ szénhidrát: 90g fehérje: 37g zsír/tejtett: 35g/0g cukor: 0g só.: 5,60g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat: tej	energia: 6751Kcal/28248 szénhidrát: 641g fehérje: 107g zsír/tejtett: 386g/0g cukor: 13g só.: 7,09g Allergén: csillagfűrt, dióféle, glutén, hal, Tartalmazhat:	energia: 871Kcal/3643KJ szénhidrát: 92g fehérje: 41g zsír/tejtett: 38g/0g cukor: 20g só.: 2,83g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:
07 gyermek uzsonna	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Pizzás csiga	TURO RUDI (30 G) BANÁN	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS Halpástétom	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS MARGARIN (RAMA) Tojáskrém 100 g	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA KENYÉR (FÉLBARNA) MARGARIN (RAMA) GÉPSONKA
	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 13g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g cukor: 11g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 958Kcal/4010KJ szénhidrát: 34g fehérje: 4g zsír/tejtett: 1g/0g cukor: 4g só.: 0,08g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 2659Kcal/11125 szénhidrát: 504g fehérje: 110g zsír/tejtett: 21g/2g cukor: 12g só.: 1,40g Allergén: dióféle, glutén, hal, mogyoró, mu Tartalmazhat:	energia: 2928Kcal/11831 szénhidrát: 504g fehérje: 115g zsír/tejtett: 37g/0g cukor: 11g só.: 2,89g Allergén: glutén, mustár, tojás Tartalmazhat:	energia: 349Kcal/1444KJ szénhidrát: 42g fehérje: 15g zsír/tejtett: 12g/0g cukor: 11g só.: 1,65g 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
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	
	energia: 677Kcal/2834KJ szénhidrát: 73g fehérje: 25g zsír/tejtett: 35g/0g só: 2,58g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 5577Kcal/23336 szénhidrát: 1000g fehérje: 224g zsír/tejtett: 73g/0g só: 2,81g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 5484Kcal/22860 szénhidrát: 998g fehérje: 220g zsír/tejtett: 63g/0g só: 4,45g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 1080Kcal/4518K szénhidrát: 159g fehérje: 29g zsír/tejtett: 35g/0g só: 0,41g Allergén: tej Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
05 Felelő ebéd	Rizsleves 4. Székelykáposzta 4. KENYÉR (BAKONYI BARNA)	Karfiolleves 4. Marhapörkölt 4. Tésztaköret 4. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Sajtkrémleves Rántott halfilé 4. Petrezselymes burgonya 4. Tartármártás 4.	Daragaluska leves 4. Sült csirkemell 4. Vadasmártás 4. Tésztaköret 4.	
	energia: 817Kcal/3420KJ szénhidrát: 65g fehérje: 31g zsír/tejtett: 47g/0g só: 6,84g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	energia: 929Kcal/3888KJ szénhidrát: 81g fehérje: 35g zsír/tejtett: 49g/0g só: 5,38g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 845Kcal/3537KJ szénhidrát: 81g fehérje: 44g zsír/tejtett: 54g/1g só: 7,44g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás Tartalmazhat: tej	energia: 1040Kcal/4349K szénhidrát: 116g fehérje: 51g zsír/tejtett: 40g/0g só: 9,36g Allergén: glutén, mustár, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
09 Felelő vacsora	Paprikás burgonya virslivel CSEMEGE UBORKA	Finomfőzelék 4. VIRSLI	Bolognai spagetti 4.	Burgonyapüré 4. Töltött csirkecomb 4.	
	energia: 348Kcal/1457KJ szénhidrát: 41g fehérje: 11g zsír/tejtett: 14g/0g só: 1,23g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 528Kcal/2210KJ szénhidrát: 39g fehérje: 26g zsír/tejtett: 32g/0g só: 4,95g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	energia: 721Kcal/3019KJ szénhidrát: 74g fehérje: 33g zsír/tejtett: 30g/0g só: 3,78g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 679Kcal/2842KJ szénhidrát: 65g fehérje: 39g zsír/tejtett: 26g/0g só: 4,57g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
02 gyermek ebéd alsós	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.	
	energia: 589Kcal/2465KJ szénhidrát: 49g fehérje: 22g zsír/tejtett: 33g/0g só.: 5,11g Allergén: glutén,tejj,zeller Tartalmazhat:	energia: 697Kcal/2918KJ szénhidrát: 65g fehérje: 26g zsír/tejtett: 35g/0g só.: 5,13g Allergén: glutén,tojás,zeller Tartalmazhat:	energia: 602Kcal/2519KJ szénhidrát: 64g fehérje: 25g zsír/tejtett: 37g/1g só.: 4,59g Allergén: glutén,hal,mustár,tejj,tojás Tartalmazhat:tejj	energia: 756Kcal/3164KJ szénhidrát: 88g fehérje: 37g zsír/tejtett: 27g/0g só.: 7,13g Allergén: glutén,mustár,tejj,tojás,zeller Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
03 gyermek tízórai	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)	
	energia: 413Kcal/1730KJ szénhidrát: 47g fehérje: 15g zsír/tejtett: 20g/0g só.: 1,53g Allergén: glutén,tejj Tartalmazhat:	energia: 2885Kcal/12070 szénhidrát: 511g fehérje: 115g zsír/tejtett: 41g/0g só.: 1,41g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 2805Kcal/11736 szénhidrát: 509g fehérje: 111g zsír/tejtett: 34g/0g só.: 2,50g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 504Kcal/2109KJ szénhidrát: 108g fehérje: 22g zsír/tejtett: 13g/0g só.: 0,00g Allergén: tejj Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
04 gyermek ebéd felsős	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.	
	energia: 714Kcal/2989KJ szénhidrát: 62g fehérje: 27g zsír/tejtett: 39g/0g só.: 6,14g Allergén: glutén,tejj,zeller Tartalmazhat:	energia: 816Kcal/3416KJ szénhidrát: 74g fehérje: 30g zsír/tejtett: 42g/0g só.: 6,12g Allergén: glutén,tojás,zeller Tartalmazhat:	energia: 986Kcal/4125KJ szénhidrát: 117g fehérje: 36g zsír/tejtett: 52g/1g só.: 7,18g Allergén: glutén,hal,mustár,tejj,tojás Tartalmazhat:tejj	energia: 851Kcal/3562KJ szénhidrát: 100g fehérje: 44g zsír/tejtett: 26g/0g só.: 7,19g Allergén: glutén,mustár,tejj,tojás,zeller Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
07 gyermek uzsonna	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% GYÜMÖLCSTA Pizzás csiga	
	energia: 318Kcal/1329KJ szénhidrát: 54g fehérje: 5g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 0,01g Allergén: glutén Tartalmazhat:	energia: 2413Kcal/10096 szénhidrát: 232g fehérje: 155g zsír/tejtett: 89g/0g só.: 0,56g Allergén: glutén,tejj Tartalmazhat:	energia: 381Kcal/1595KJ szénhidrát: 51g fehérje: 17g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 0,00g Allergén: glutén,tejj Tartalmazhat:	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 11g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat:	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g fehérje: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g Allergén: Tartalmazhat: