





Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>01 Feinótt reggeli</b>	Tea MARGARIN (RAMA) MÉZ (DOBOZOS 30 G) Zsemle, vizes	Tea SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, TÚRISTA, ERDÉLYI ZSEMLE, KORPÁS	Tejeskávé MARGARIN (RAMA) Zsemle, vizes EPER EXTRA DZSEM GYÜMÖLCSDARABOKKAL	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) FELVÁGOTT, CSALÁDI CSEMEGE KIFLI (VAJAS 34 G) ZÖLDPAPRIKA
	energia: 419KCal/1755KJ szénhidrát: 79g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 6g cukor: 44g zsír/tejtett: 16g/0g só.: 0,01g	energia: 5474KCal/22901 szénhidrát: 999g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 227g cukor: 20g zsír/tejtett: 63g/0g só.: 4,26g	energia: 5534KCal/23153 szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:
<b>05 Feinótt ebéd</b>	Sertésragu leves 4. Darás metélt 4. NARANCS	Daragaluska leves 4. Tökfőzelék 4. Sertéspörkölt feltétként KENYÉR (FÉLBARNA) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Zöldborsóleves 4. Rizseshús 4. CSEMEGE UBORKA	Paradicsomleves 4. Borsos tokány 4. Tarhonyaköret 4.	Zöldségleves 4. Paprikás burgonya virsivel 4 CSEMEGE UBORKA
	energia: 773KCal/3234KJ szénhidrát: 74g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 29g cukor: 36g zsír/tejtett: 39g/0g só.: 2,28g	energia: 6688KCal/27981 szénhidrát: 592g Allergén: csilla, dióféle, glutén, hal, mogy Tartalmazhat:	fehérje: 108g cukor: 0g zsír/tejtett: 402g/0g só.: 4,80g	energia: 991KCal/4148KJ szénhidrát: 104g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:
<b>09 Feinótt vacsora</b>	Tejberizs 4. Gyümölcsmártás 4.	Burgonyapüré 4. Panírozott halrudacska	Sült csirkemell 4. Párolt mexikói vegyeszöldség 4.	Brokkolífőzelék 4. VIRSLI	
	energia: 769KCal/3218KJ szénhidrát: 141g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 17g cukor: 70g zsír/tejtett: 16g/0g só.: 0,78g	energia: 367KCal/1535KJ szénhidrát: 51g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 10g cukor: 0g zsír/tejtett: 12g/0g só.: 1,49g	energia: 294KCal/1230KJ szénhidrát: 1g Allergén: Tartalmazhat:
<b>06 hideg csomag</b>					ROSTOS OSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS Szeletelt szalámi SAJT, MEDVE (25G/DB) KENYÉR (BAKONYI BARNA)
	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:
					energia: 6313KCal/26415 szénhidrát: 590g Allergén: glutén, tej 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. NARANCS	Daragaluska leves 2. Tökfőzelék 2. Sertéspörkölt feltétként KENYÉR (FÉLBARNA) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Zöldborsóleves 2. Rizseshús 2. CSEMEGE UBORKA	Paradicsomleves 2. Borsos tokány 2. Tarhonyaköret 2.	Zöldségleves 2. Paprikás burgonya virslivel 2. CSEMEGE UBORKA					
	energia: 538Kcal/2251KJ szénhidrát: 60g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 21g cukor: 31g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,67g	energia: 655Kcal/27428 szénhidrát: 579g Allergén: csilla, dióféle, glutén, hal, mogy Tartalmazhat:	fehéjre: 105g cukor: 0g zsír/tejtett: 394g/0g só.: 4,16g	energia: 813Kcal/3402KJ szénhidrát: 88g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 32g cukor: 1g zsír/tejtett: 35g/0g só.: 7,11g	energia: 652Kcal/2727KJ szénhidrát: 65g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 29g cukor: 6g zsír/tejtett: 30g/0g só.: 7,22g	energia: 547Kcal/2290KJ szénhidrát: 43g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 18g cukor: 1g zsír/tejtett: 31g/0g só.: 6,74g
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) MÉZ (DOBOZOS 30 G) Zsemle, vizes	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY ZSEMLE, KORPÁS	Tea MARGARIN (RAMA) SZALÁMI, TÚRISTA, ERDÉLYI ZSEMLE, KORPÁS	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) Zsemle, vizes DZSEM (30G DOBOZOS)	Tea KIFLI (VAJAS 34 G) FELVÁGOTT, CSALÁDI CSEMEGE					
	energia: 265Kcal/1108KJ szénhidrát: 61g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:	fehéjre: 3g cukor: 44g zsír/tejtett: 8g/0g só.: 0,01g	energia: 2811Kcal/11763 szénhidrát: 510g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 116g cukor: 20g zsír/tejtett: 34g/0g só.: 2,37g	energia: 2852Kcal/11931 szénhidrát: 509g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 112g cukor: 20g zsír/tejtett: 39g/0g só.: 1,40g	energia: 229Kcal/960KJ szénhidrát: 56g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehéjre: 17g cukor: 18g zsír/tejtett: 12g/0g só.: 0,00g	energia: 276Kcal/1154KJ szénhidrát: 27g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 7g cukor: 20g zsír/tejtett: 9g/0g só.: 0,53g
04 gyermek ebéd felsős	Sertésragu leves 3. Darás metélt 3. NARANCS	Daragaluska leves 3. Tökfőzelék 3. Sertéspörkölt feltétként KENYÉR (FÉLBARNA) CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ	Zöldborsóleves 3. Rizseshús 3. CSEMEGE UBORKA	Paradicsomleves 3. Borsos tokány 3. Tarhonyaköret 3.	Zöldségleves 3. Paprikás burgonya virslivel 3. CSEMEGE UBORKA					
	energia: 656Kcal/2740KJ szénhidrát: 69g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 24g cukor: 36g zsír/tejtett: 30g/0g só.: 2,00g	energia: 6624Kcal/27716 szénhidrát: 585g Allergén: csilla, dióféle, glutén, hal, mogy Tartalmazhat:	fehéjre: 107g cukor: 0g zsír/tejtett: 398g/0g só.: 4,54g	energia: 904Kcal/3782KJ szénhidrát: 99g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 35g cukor: 2g zsír/tejtett: 38g/0g só.: 8,52g	energia: 773Kcal/3232KJ szénhidrát: 77g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 35g cukor: 8g zsír/tejtett: 35g/0g só.: 8,89g	energia: 638Kcal/2669KJ szénhidrát: 52g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 19g cukor: 1g zsír/tejtett: 36g/0g só.: 8,17g
07 gyermek uzsonna	KIFLI (44 G) JOGHURT	SAJTOS RUD (44 G) ALMA	KREMTÚRO, MAZSOLAS, VANILIAS KIFLI (44 G)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS VAJKRÉM	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Pizzás csiga					
	energia: 208Kcal/869KJ szénhidrát: 33g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 9g cukor: 0g zsír/tejtett: 6g/0g só.: 1,01g	energia: 304Kcal/1270KJ szénhidrát: 36g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 4g cukor: 19g zsír/tejtett: 15g/0g só.: 0,01g	energia: 2413Kcal/10096 szénhidrát: 232g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 155g cukor: 120g zsír/tejtett: 89g/0g só.: 0,56g	energia: 2614Kcal/10937 szénhidrát: 502g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 105g cukor: 11g zsír/tejtett: 19g/0g só.: 1,40g	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 13g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 11g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
<b>01 Feelnőtt reggeli</b>	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, MEDVE (25G/DB) ZSEMLE, KORPÁS	Tea Főtt kemény tojás 4. MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS Mini majonéz	Tea MARGARIN (RAMA) GÉPSONKA KIFLI, KORPÁS	TEJ, PASZTOROZOTT (1,5 % ) CSOKOLÁDÉS GABONAGOLYÓ KIFLI, ÓRIÁS (220 G)	Tea SAJT, MEDVE (25G/DB) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY KIFLI, KORPÁS ZÖLDPAPRIKA	
	energia: 5407KCal/22624 szénhidrát: 1000g Allergén: glutén,tej Tartalmazhat:	fehéjre: 215g cukor: 20g zsír/tejtett só.: 59g/0g 2,82g	energia: 5337KCal/22330 szénhidrát: 998g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:	fehéjre: 215g cukor: 20g zsír/tejtett só.: 51g/0g 2,95g	energia: 829KCal/3469KJ szénhidrát: 300g Allergén: glutén,tej Tartalmazhat:	fehéjre: 227g cukor: 20g zsír/tejtett só.: 63g/0g 1,02g
<b>05 Feelnőtt ebéd</b>	Rizsleves 4. Bolognai spagetti 4.	Csontleves 4. Kelkáposztafőzelék 4. Sertéspörkölt feltétként KENYÉR (FÉLBARNA)	Zellerkrémleves 4. Párolt rizs 4. Párolt mexikói vegyeszöldség 4.	Karfiolleves 4. Rántott halfilé 4. Bulgur Tartármártás 4.	Palóclevés 4. Kakaós csiga keltésztaból 4. ALMA	
	energia: 982KCal/4109KJ szénhidrát: 96g Allergén: glutén,tej,tojás,zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 53g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 43g/0g 3,54g	energia: 641KCal/2682KJ szénhidrát: 65g Allergén: glutén,zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 33g cukor: 7g zsír/tejtett só.: 25g/0g 3,98g	energia: 730KCal/3053KJ szénhidrát: 93g Allergén: glutén,tej,zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 11g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 34g/0g 3,62g
<b>09 Feelnőtt vacsora</b>	Kakaó ital MARGARIN (RAMA) KENYÉR (BAKONYI BARNA) PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALÁDÉ	Tea Pizza	Vagdaltszelet sertéshúsból 4. Petrezselymes burgonya 4. CSEMEGE UBORKA	Finomfőzelék 4. VIRSLI		
	energia: 763KCal/3191KJ szénhidrát: 74g Allergén: glutén,tej Tartalmazhat:	fehéjre: 31g cukor: 3g zsír/tejtett só.: 39g/0g 3,62g	energia: 361KCal/1512KJ szénhidrát: 21g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehéjre: 32g cukor: 20g zsír/tejtett só.: 17g/0g 2,39g	energia: 667KCal/2791KJ szénhidrát: 64g Allergén: glutén,tojás Tartalmazhat:	fehéjre: 24g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 32g/0g 3,95g
<b>06 hideg csomag</b>					ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Szeletelt szalámi CSOKOLÁDÉ, ÉTCSOKOLÁDÉ SAJT, MEDVE (25G/DB)	
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 0g/0g 0,00g
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g zsír/tejtett só.: 0g/0g 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek										
02 gyermek ebéd alsós	Rizsleves 2. Bolognai spagetti 2.	Csontleves 2. Kelkáposztafőzelék 2. Sertéspörkölt feltétként KENYÉR (FÉLBARNA)	Zellerkrémleves 2. Natúr sertésszelet 2. Párolt rizs 2. Párolt mexikói vegyeszöldség 2.	Karfiolleves 2. Rántott halfilé 2. Bulgur Tartármártás 2.	Palócleves 2. Kakaós csiga keltésztaból 2. ALMA										
	energia: 680KCal/2846KJ szénhidrát: 71g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 36g cukor: 0g	zsír/tejtett: 28g/0g só.: 2,48g	energia: 605KCal/2533KJ szénhidrát: 55g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 31g cukor: 6g	zsír/tejtett: 23g/0g só.: 3,94g	energia: 704KCal/2944KJ szénhidrát: 70g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 26g cukor: 0g	zsír/tejtett: 34g/0g só.: 3,67g	energia: 1858KCal/7765KJ szénhidrát: 137g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás, zell Tartalmazhat:	fehéjre: 42g cukor: 1g	zsír/tejtett: 143g/0g só.: 3,60g	energia: 771KCal/3226KJ szénhidrát: 122g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehéjre: 26g cukor: 44g	zsír/tejtett: 19g/0g só.: 1,17g
03 gyermek tízórai	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, MEDVE (25G/DB) ZSEMLE, KORPÁS	Tea VAJKRÉM ZSEMLE, KORPÁS	Tea MARGARIN (RAMA) GÉPSONKA KIFLI, KORPÁS	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS KIFLI, ÓRIÁS (220 G)	Tea KIFLI, KORPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZÖLDPAPRIKA										
	energia: 2744KCal/11482 szénhidrát: 510g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 108g cukor: 20g	zsír/tejtett: 29g/0g só.: 1,41g	energia: 2681KCal/11217 szénhidrát: 509g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 105g cukor: 20g	zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,40g	energia: 318KCal/1332KJ szénhidrát: 509g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 114g cukor: 20g	zsír/tejtett: 26g/0g só.: 0,95g	energia: 726KCal/3039KJ szénhidrát: 293g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 59g cukor: 11g	zsír/tejtett: 11g/0g só.: 0,66g	energia: 392KCal/1640KJ szénhidrát: 511g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 115g cukor: 20g	zsír/tejtett: 33g/0g só.: 0,51g
04 gyermek ebéd felsős	Rizsleves 3. Bolognai spagetti 3.	Csontleves 3. Kelkáposztafőzelék 3. Sertéspörkölt feltétként KENYÉR (FÉLBARNA)	Zellerkrémleves 3. Natúr sertésszelet 3. Párolt rizs 3. Párolt mexikói vegyeszöldség 3.	Karfiolleves 3. Rántott halfilé 3. Bulgur Tartármártás 3.	Palócleves 3. Kakaós csiga keltésztaból 3. ALMA										
	energia: 841KCal/3519KJ szénhidrát: 87g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 45g cukor: 0g	zsír/tejtett: 35g/0g só.: 3,01g	energia: 657KCal/2749KJ szénhidrát: 60g Allergén: glutén, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 32g cukor: 7g	zsír/tejtett: 24g/0g só.: 4,26g	energia: 841KCal/3519KJ szénhidrát: 81g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehéjre: 31g cukor: 0g	zsír/tejtett: 42g/0g só.: 4,43g	energia: 1937KCal/8106KJ szénhidrát: 143g Allergén: glutén, hal, mustár, tej, tojás, zell Tartalmazhat:	fehéjre: 47g cukor: 1g	zsír/tejtett: 150g/0g só.: 4,14g	energia: 942KCal/3943KJ szénhidrát: 148g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehéjre: 33g cukor: 49g	zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,45g
07 gyermek uzsonna	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS KENYÉR (FÉLBARNA) PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALÁDÉ	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS LEKVÁROS TÁSKA (62 G)	ALMA Tejszelet	POGACSA (VAJAS, SOS 47 G) BANÁN	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS ZSEMLE, KORPÁS SAJT, MEDVE (25G/DB)										
	energia: 274KCal/1134KJ szénhidrát: 37g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 10g cukor: 11g	zsír/tejtett: 8g/0g só.: 1,91g	energia: 289KCal/1210KJ szénhidrát: 50g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 5g cukor: 22g	zsír/tejtett: 23g/0g só.: 0,00g	energia: 82KCal/342KJ szénhidrát: 17g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 19g	zsír/tejtett: 1g/0g só.: 0,01g	energia: 339KCal/1417KJ szénhidrát: 55g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehéjre: 6g cukor: 0g	zsír/tejtett: 10g/0g só.: 0,08g	energia: 2644KCal/11063 szénhidrát: 503g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehéjre: 108g cukor: 11g	zsír/tejtett: 21g/0g só.: 1,41g
	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehéjre: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek										
<b>02 gyermek ebéd alsós</b>		Sertéshús leves 2. Zöldborsófőzelék 2. Natúr sertésszelet 2.	Rántott leves 2. Gombás sertésszelet 2. Rizi bizi 2.	Tarhonyaleves 2. Rántott sertésszelet 2. Petrezselymes burgonya 2. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Gulyásleves, zöldséges 2. Mákos metélt 2. ALMA										
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 624Kcal/2610KJ szénhidrát: 40g Allergén:glutén,tej,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 36g cukor: 9g	zsír/tejtett 35g/0g/3,46g	energia: 687Kcal/2874KJ szénhidrát: 59g Allergén:glutén,tej,tojás Tartalmazhat:	fehérje: 35g cukor: 0g	zsír/tejtett 35g/0g/3,44g	energia: 697Kcal/2918KJ szénhidrát: 87g Allergén:glutén,tojás Tartalmazhat:	fehérje: 30g cukor: 0g	zsír/tejtett 22g/0g/4,45g	energia: 795Kcal/328KJ szénhidrát: 104g Allergén:glutén,tojás,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 28g cukor: 37g	zsír/tejtett 27g/0g/2,50g
<b>03 gyermek tízórai</b>		Tea VAJKRÉM ZSEMLE, KORPÁS	Tea MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY KIFLI, KORPÁS	TEJ, KAKAÓS (2 DL) Zsemle, vizes MARGARIN (RAMA) MÉZ (DOBOZOS 30 G)	Tea KIFLI (VAJAS 34 G) SZALÁMI, CSABAI VÉKONY ZÖLDPAPRIKA										
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0,00g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 2720Kcal/11381 szénhidrát: 510g Allergén:glutén Tartalmazhat:	fehérje: 105g cukor: 20g	zsír/tejtett 27g/0g/1,40g	energia: 391Kcal/1636KJ szénhidrát: 510g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	fehérje: 116g cukor: 20g	zsír/tejtett 34g/0g/1,48g	energia: 316Kcal/1323KJ szénhidrát: 87g Allergén:glutén,tej,tojás Tartalmazhat:	fehérje: 17g cukor: 24g	zsír/tejtett 10g/0g/0,23g	energia: 392Kcal/1639KJ szénhidrát: 29g Allergén:glutén Tartalmazhat:	fehérje: 11g cukor: 20g	zsír/tejtett 19g/0g/0,53g
<b>04 gyermek ebéd felsős</b>		Sertéshús leves 3. Zöldborsófőzelék 3. Natúr sertésszelet 3.	Rántott leves 3. Gombás sertésszelet 3. Rizi bizi 3.	Tarhonyaleves 3. Rántott sertésszelet 3. Petrezselymes burgonya 3. VÁGOTT VEGYES SAVANYÚSÁG	Gulyásleves, zöldséges 3. Mákos metélt 3. ALMA										
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0,00g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 715Kcal/2991KJ szénhidrát: 48g Allergén:glutén,tej,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 43g cukor: 12g	zsír/tejtett 38g/0g/4,16g	energia: 847Kcal/3543KJ szénhidrát: 71g Allergén:glutén,tej,tojás Tartalmazhat:	fehérje: 42g cukor: 0g	zsír/tejtett 44g/0g/4,19g	energia: 801Kcal/3351KJ szénhidrát: 98g Allergén:glutén,tojás Tartalmazhat:	fehérje: 34g cukor: 0g	zsír/tejtett 27g/0g/5,34g	energia: 924Kcal/3868KJ szénhidrát: 117g Allergén:glutén,tojás,zeller Tartalmazhat:	fehérje: 34g cukor: 39g	zsír/tejtett 33g/0g/2,98g
<b>07 gyermek uzsonna</b>		ALMA PÁRIZSI, KRINOLIN, SZAFALÁDÉ KENYÉR (FÉLBARNA)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA Sajtos croissan	JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS KIFLI (44 G)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCSSTA ZSEMLE, KORPÁS SAJT, MEDVE (25G/DB)										
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0,00g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 299Kcal/1253KJ szénhidrát: 41g Allergén:glutén Tartalmazhat:	fehérje: 10g cukor: 19g	zsír/tejtett 9g/0g/1,93g	energia: 53Kcal/223KJ szénhidrát: 13g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 11g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 259Kcal/989KJ szénhidrát: 41g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	fehérje: 9g cukor: 0g	zsír/tejtett 4g/0g/0,93g	energia: 2644Kcal/11063 szénhidrát: 503g Allergén:glutén,tej Tartalmazhat:	fehérje: 108g cukor: 11g	zsír/tejtett 21g/0g/1,41g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g 0,00g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g	zsír/tejtett 0g/0g/0,00g



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek					
01 Felelőtt reggeli	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KÖRPÁS DZSEM (30G DOBOZOS)	Tea SAJT, ZSIROS, TEJJSZINKREMSAJT KIFLI (SÓS V. TEJES)	Tea MARGARIN (RAMA) GÉPSONKA ZSEMLE, KÖRPÁS	Tejeskávé MARGARIN (RAMA) BRIÓS NAGY (95 G) TÚRÓ RUDI (30 G)						
	energia: 5291Kcal/22140 szénhidrát: 1016g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 210g cukor: 38g zsír/teletett só.: 46g/0g 2,80g	energia: 593Kcal/2482KJ szénhidrát: 73g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 10g cukor: 20g zsír/teletett só.: 18g/0g 2,01g	energia: 5365Kcal/22446 szénhidrát: 998g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 224g cukor: 20g zsír/teletett só.: 50g/0g 3,47g	energia: 1904Kcal/7968K szénhidrát: 161g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 31g cukor: 52g zsír/teletett só.: 36g/0g 0,41g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g
05 Felelőtt ebéd	Zöldségleves 4. Fejlettbab főzelék 4. Vagdalt pogácsa sertéshúsból 4. CSOKOLÁDÉ, TEJCSOKOLÁDÉ	Májgombóc leves 4. Káposztás kocka 4. ALMA	Marhahús leves 4. Töltött paprika 4. Főtt burgonya 4.	Sajtkrémleves 4 Csirkepaprikás 4. Tésztafőzelék 4. Fejlesztés 4.						
	energia: 6811Kcal/28496 szénhidrát: 606g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 122g cukor: 5g zsír/teletett só.: 411g/0g 5,02g	energia: 469Kcal/1961KJ szénhidrát: 55g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 12g cukor: 29g zsír/teletett só.: 21g/0g 2,08g	energia: 854Kcal/3571KJ szénhidrát: 101g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 50g cukor: 18g zsír/teletett só.: 23g/0g 4,52g	energia: 766Kcal/3206KJ szénhidrát: 79g Allergén: glutén, tej, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 43g cukor: 9g zsír/teletett só.: 30g/1g 6,86g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g
09 Felelőtt vacsora	Tea Hamburger	Sült csirkecomb 4. Görög saláta 4.	Tea Tojásrántotta 4. FÜSTÖLT, FÖTT TARJA KENYÉR (BAKONYI BARNA)	Rakott karfiol 4.						
	energia: 247Kcal/1034KJ szénhidrát: 53g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 7g cukor: 20g zsír/teletett só.: 1g/0g 0,52g	energia: 662Kcal/2769KJ szénhidrát: 7g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 66g cukor: 0g zsír/teletett só.: 39g/0g 1,96g	energia: 660Kcal/2762KJ szénhidrát: 67g Allergén: glutén, tojás Tartalmazhat:	fehérje: 29g cukor: 20g zsír/teletett só.: 29g/0g 5,86g	energia: 522Kcal/2185KJ szénhidrát: 35g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 30g cukor: 0g zsír/teletett só.: 28g/0g 1,45g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g
	energia: 0g szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/teletett só.: 0g/0g 0,00g

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
<b>02 gyermek ebéd alsós</b>	Zöldségleves 2. Fejttbab főzelék 2. Vagdalt pogácsa sertéshúsból 2. CSOKOLÁDÉ, TEJCSOKOLÁDÉ	Májgombóc leves 2. Káposztás kocka 2. ALMA	Marhahús leves 2. Töltött paprika 2. Főtt burgonya 2.	Sajtkrémleves 2. Csirkepaprikás 2. Tésztaköret 2. Fejessaláta 2.		
	energia: 6582Kcal/27540 szénhidrát: 112g 585g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 112g cukor: 4g zsír/tejtett: 399g/0g só.: 4,39g	energia: 358Kcal/1497KJ szénhidrát: 9g 45g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 9g cukor: 26g zsír/tejtett: 15g/0g só.: 2,02g	energia: 656Kcal/2746KJ szénhidrát: 36g 85g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 36g cukor: 11g zsír/tejtett: 15g/0g só.: 4,43g
<b>03 gyermek tízórai</b>	Tea MARGARIN (RAMA) ZSEMLE, KORPÁS DZSEM (30G DOBOZOS)	Tea SAJT, ZSIROS, TEJSZINKREMSAJT KIFLI (SÓS V. TEJES)	Tea MARGARIN (RAMA) GÉPSONKA ZSEMLE, KORPÁS	TEJ, F.P. (2 DL, 2,8 %) BRIÓS NAGY (95 G)		
	energia: 2698Kcal/11287 szénhidrát: 105g 527g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 23g/0g cukor: 38g zsír/tejtett: 23g/0g só.: 1,40g	energia: 372Kcal/1556KJ szénhidrát: 5g 47g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 11g/0g cukor: 20g zsír/tejtett: 11g/0g só.: 1,13g	energia: 2739Kcal/11460 szénhidrát: 114g 509g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 26g/0g cukor: 20g zsír/tejtett: 26g/0g só.: 1,85g
<b>04 gyermek ebéd felsős</b>	Zöldségleves 3. Fejttbab főzelék 3. Vagdalt pogácsa sertéshúsból 3. CSOKOLÁDÉ, TEJCSOKOLÁDÉ	Májgombóc leves 3. Káposztás kocka 3. ALMA	Marhahús leves 3. Töltött paprika 3. Főtt burgonya 3.	Sajtkrémleves 3. Csirkepaprikás 3. Tésztaköret 3. Fejessaláta 3.		
	energia: 6713Kcal/28088 szénhidrát: 118g 598g Allergén: glutén, tej, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 118g cukor: 4g zsír/tejtett: 405g/0g só.: 4,99g	energia: 411Kcal/1720KJ szénhidrát: 11g 49g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 11g cukor: 27g zsír/tejtett: 18g/0g só.: 2,41g	energia: 791Kcal/3309KJ szénhidrát: 45g 99g Allergén: glutén, tojás, zeller Tartalmazhat:	fehérje: 45g cukor: 14g zsír/tejtett: 20g/0g só.: 5,26g
<b>07 gyermek uzsonna</b>	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS TA TÚRÓS BATYU (75 G)	ROSTOS ÓSZIBARACK - ALMA GYÜMÖLCSLÉ 50% GYÜMÖLCS TA ZSEMLE, KORPÁS SZALÁMI, CSABAI VÉKONY	ALMA Sajtos croissan	TÚRÓ RUDI (30 G) BANÁN		
	energia: 304Kcal/1273KJ szénhidrát: 9g 41g Allergén: glutén, tej Tartalmazhat:	fehérje: 9g cukor: 19g zsír/tejtett: 5g/0g só.: 0,55g	energia: 2773Kcal/11601 szénhidrát: 114g 502g Allergén: glutén Tartalmazhat:	fehérje: 114g cukor: 11g zsír/tejtett: 33g/0g só.: 1,40g	energia: 82Kcal/342KJ szénhidrát: 0g 17g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 19g zsír/tejtett: 1g/0g só.: 0,01g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 988Kcal/4010KJ szénhidrát: 4g 34g Allergén: tej Tartalmazhat:	fehérje: 4g cukor: 4g zsír/tejtett: 1g/0g só.: 0,08g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0g 0g Allergén: Tartalmazhat:	fehérje: 0g cukor: 0g zsír/tejtett: 0g/0g só.: 0,00g