

Étkezés / Menü	Hétfő 12.05	Kedd 12.06	Szerda 12.07	Csütörtök 12.08	Péntek 12.09
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 1169.95 kJ; energia 279.892 kcal; fehérje 9.333 g; szénhidrát 41.851 g; zsír 8.116 g; telített zsírsav 2.586 g; élelmi rost 3.246 g; só 1.8 g; koleszterin 15.2 mg; hozzáadott cukor 9.79 g;	Forralt tej (7;) kakaós kalács (1;3;5;6;7;8;) energia 1416.81 kJ; energia 338.89 kcal; fehérje 13.874 g; szénhidrát 49.515 g; zsír 9.309 g; telített zsírsav 4.226 g; élelmi rost 1.98 g; só 0.891 g; koleszterin 51.8 mg; hozzáadott cukor 4.196 g;	Forralt tej (7;) Barack lekvár (12;) Delma margarin (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) energia 1331.9 kJ; energia 318.573 kcal; fehérje 11.74 g; szénhidrát 52.04 g; zsír 6.85 g; telített zsírsav 2.703 g; élelmi rost 1.875 g; só 1.161 g; koleszterin 10.6 mg; hozzáadott cukor 10.86 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Kifli (1;6;7;) Delma margarin (7;) energia 1325.56 kJ; energia 317.058 kcal; fehérje 11.829 g; szénhidrát 51.425 g; zsír 6.955 g; telített zsírsav 2.722 g; élelmi rost 1.789 g; só 1.158 g; koleszterin 10.6 mg; hozzáadott cukor 9.79 g;	Citromos tea (1;12;) Házi párizsiskrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű rozskenyér (1;) energia 923.711 kJ; energia 220.985 kcal; fehérje 7.898 g; szénhidrát 39.668 g; zsír 3.195 g; telített zsírsav 0.817 g; élelmi rost 7.106 g; só 0.95 g; koleszterin 9.975 mg; hozzáadott cukor 9.827 g;
ebéd / A	Szárnasraguleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Alma energia 2690.27 kJ; energia 643.52 kcal; fehérje 25.679 g; szénhidrát 100.019 g; zsír 14.992 g; telített zsírsav 4.766 g; élelmi rost 9.547 g; só 1.52 g; koleszterin 58.476 mg; hozzáadott cukor 36.963 g;	Magyaros zellerleves (1;3;6;7;9;10;12;) Csikóstokány (1;7;9;10;12;) Durum tészta köret (1;3;) energia 3021.25 kJ; energia 722.787 kcal; fehérje 26.124 g; szénhidrát 70.857 g; zsír 36.663 g; telített zsírsav 10.497 g; élelmi rost 6.859 g; só 2.344 g; koleszterin 75.99 mg; hozzáadott cukor 0.009 g;	Sütőtökrémleves (1;6;7;8;10;12;) Levesgyöngy (1;) Tavaszi rizses csirke (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) energia 2577.46 kJ; energia 616.614 kcal; fehérje 22.259 g; szénhidrát 88.075 g; zsír 19.042 g; telített zsírsav 4.232 g; élelmi rost 6.113 g; só 3.538 g; koleszterin 53.16 mg; hozzáadott cukor 6.593 g;	Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Fokhagymás sertésaprópecsenye (1;10;12;) Paradicsomos káposzta (1;10;12;) Teljes kiőrlésű rozskenyér (1;) energia 2728.78 kJ; energia 652.823 kcal; fehérje 23.887 g; szénhidrát 66.616 g; zsír 31.486 g; telített zsírsav 7.789 g; élelmi rost 11.591 g; só 3.058 g; koleszterin 48.96 mg; hozzáadott cukor 11.198 g;	Erőleves zöldséggel (1;3;6;7;8;9;10;12;13;) Húsgombóc (3;10;12;) Kapormártás (1;7;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) energia 2869.8 kJ; energia 686.561 kcal; fehérje 18.584 g; szénhidrát 67.838 g; zsír 37.163 g; telített zsírsav 10.314 g; élelmi rost 7.385 g; só 3.371 g; koleszterin 74.46 mg; hozzáadott cukor 3.996 g;
uzsonna / A	Vajkrém ízesített (7;) Teljes kiőrlésű rozskenyér (1;) energia 911.129 kJ; energia 217.974 kcal; fehérje 6.056 g; szénhidrát 28.532 g; zsír 8.731 g; telített zsírsav 3.911 g; élelmi rost 6.722 g; só 0.585 g; koleszterin 23 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű rozskenyér (1;) Jégcsapretek energia 1051.95 kJ; energia 251.665 kcal; fehérje 11.476 g; szénhidrát 29.018 g; zsír 9.871 g; telített zsírsav 4.573 g; élelmi rost 6.722 g; só 1.175 g; koleszterin 20.2 mg;	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű rozskenyér (1;) energia 860.225 kJ; energia 205.799 kcal; fehérje 10.236 g; szénhidrát 28.252 g; zsír 5.651 g; telített zsírsav 1.481 g; élelmi rost 6.722 g; só 0.904 g; koleszterin 17.2 mg;	Harcapástétom zöldfűszeres 130g (4;9;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Rágórépa (12;) energia 869.059 kJ; energia 207.798 kcal; fehérje 8.732 g; szénhidrát 33.337 g; zsír 4.164 g; telített zsírsav 1.172 g; élelmi rost 3.524 g; só 1.275 g; koleszterin 8.55 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) Mandarin energia 1500.42 kJ; energia 358.952 kcal; fehérje 7.867 g; szénhidrát 34.984 g; zsír 20.475 g; telített zsírsav 9.866 g; élelmi rost 3.06 g; só 0.614 g; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek