

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej (7) Margarin Kifli (1,7) En: 1087 kJ (260 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 2,5 g Szh: 37,2 g Cukor: 0,7 g Feh: 10,7 g Só: 0,8 g	Gyümölcs tea Vaniliás túrókrém (7) Félbarna kenyér (1) En: 889 kJ (212 kCal) Zsír: 1,9 g T.Zsír: 1,0 g Szh: 41,9 g Cukor: 15,4 g Feh: 8,2 g Só: 0,9 g	Citromos tea Mediterrán halkrém (4,7) Kifli (1,7) En: 1421 kJ (339 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 1,8 g Szh: 47,1 g Cukor: 20,8 g Feh: 9,8 g Só: 0,6 g	Kakaós tej (7) Kalács (1,3,7) En: 2206 kJ (527 kCal) Zsír: 11,0 g T.Zsír: 5,7 g Szh: 87,3 g Cukor: 36,4 g Feh: 16,5 g Só: 0,9 g	Gyümölcs tea Brokkolis sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Újhagyma En: 1177 kJ (281 kCal) Zsír: 11,3 g T.Zsír: 5,1 g Szh: 36,2 g Cukor: 9,1 g Feh: 6,2 g Só: 1,0 g
Ebéd	Gyümölcs Bácsi rizseshús Ecetes cékla En: 2440 kJ (583 kCal) Zsír: 15,2 g T.Zsír: 2,7 g Szh: 87,6 g Cukor: 12,0 g Feh: 20,0 g Só: 2,2 g	Lebbencs leves (1,3,9,12) Fűszeres szárnyas aprópecsenye Tököfőzelék (1,3,7,9,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 2620 kJ (626 kCal) Zsír: 28,8 g T.Zsír: 3,4 g Szh: 76,3 g Cukor: 14,1 g Feh: 11,7 g Só: 3,3 g	Amerikai kukoricás csirkeragul (7,12) Mákos metélt (1) Alma En: 2995 kJ (715 kCal) Zsír: 15,5 g T.Zsír: 2,5 g Szh: 94,8 g Cukor: 19,9 g Feh: 24,1 g Só: 3,8 g	Csontleves (9) Főtt tojás Sóskamártás (1,7,12) Főtt burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 2986 kJ (713 kCal) Zsír: 20,7 g T.Zsír: 3,9 g Szh: 112,1 g Cukor: 20,8 g Feh: 14,0 g Só: 3,9 g	Zöldborsó leves (1,7,9) Sütőben sült halrudak (1,4) Párolt rizs Tartármártás (3,7,10) En: 4969 kJ (1187 kCal) Zsír: 62,8 g T.Zsír: 9,1 g Szh: 119,8 g Cukor: 15,6 g Feh: 30,7 g Só: 5,4 g
Uzsonna	Zöldfűszeres vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika En: 1034 kJ (247 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 5,9 g Szh: 26,0 g Cukor: 0,3 g Feh: 5,3 g Só: 1,0 g	Sajt szelet (7) Margarin Szezámagos zsemle (1,11) Paradicsom En: 1090 kJ (260 kCal) Zsír: 9,7 g T.Zsír: 0,5 g Szh: 31,1 g Cukor: 0,5 g Feh: 10,3 g Só: 1,3 g	Párizsi (1,6) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka En: 900 kJ (215 kCal) Zsír: 8,0 g T.Zsír: 2,2 g Szh: 25,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,0 g Só: 1,5 g	Csirke mell sonka Margarin Félbarna kenyér (1) Hónapos retek En: 702 kJ (168 kCal) Zsír: 3,5 g T.Zsír: 0,5 g Szh: 27,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,4 g Só: 1,4 g	Paula puding (7) Kifli (1,7) En: 929 kJ (222 kCal) Zsír: 2,2 g T.Zsír: 1,3 g Szh: 42,2 g Cukor: 11,9 g Feh: 7,4 g Só: 0,7 g

Jó étvágyat kívánunk !

Darainé Zoltai Éva
Üzletvezető
Tel.: 061-2164846

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szojabab és abból készült termékek, 7.-Tej- és tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezámag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek