

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tej (7) Méz Margarin Félbarna kenyér (1)  En: 1221 kJ ( 292 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 1,8 g Szh: 49,3 g Cukor: 12,1 g Feh: 11,8 g Só: 1,2 g	Citromos tea Olasz felvágott (6) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)  En: 1390 kJ ( 332 kCal) Zsír: 11,8 g T.Zsír: 3,6 g Szh: 44,8 g Cukor: 20,1 g Feh: 8,6 g Só: 2,1 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	Citromos tea Tojáskrém (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kápia paprika  En: 1468 kJ ( 351 kCal) Zsír: 13,0 g T.Zsír: 5,5 g Szh: 48,6 g Cukor: 20,3 g Feh: 7,4 g Só: 4,1 g
<b>Ebéd</b>	Lebbencs leves (1,3,9,12) Kapros sertésragú (1,9) Bulgur (1)  En: 2726 kJ ( 651 kCal) Zsír: 33,9 g T.Zsír: 5,0 g Szh: 59,2 g Cukor: 3,0 g Feh: 24,0 g Só: 3,3 g	Zöldséges lencseleves (1,3,9) Túrós tészta (1,7) Gyümölcs  En: 3422 kJ ( 817 kCal) Zsír: 24,3 g T.Zsír: 5,7 g Szh: 112,0 g Cukor: 12,6 g Feh: 32,4 g Só: 5,3 g	ÜNNEPNAP  En: 0 kJ ( 0 kCal) Zsír: 0,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 0,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,0 g Só: 0,0 g	Tárkonyos zöldség leves (1,3,4,7,9,10) Temesvári sertésragú (1,7) Párolt rizs  En: 5491 kJ ( 1312 kCal) Zsír: 76,2 g T.Zsír: 18,5 g Szh: 93,6 g Cukor: 3,6 g Feh: 53,0 g Só: 6,7 g	Zellerkrém leves (1,7,9) Pirított magvak Provencei csirkemell (1,3,9) Burgonya (12)  En: 3016 kJ ( 720 kCal) Zsír: 35,3 g T.Zsír: 7,5 g Szh: 71,0 g Cukor: 2,5 g Feh: 26,0 g Só: 3,9 g
<b>Uzsonna</b>	Sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka  En: 806 kJ ( 192 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 3,1 g Szh: 25,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,7 g Só: 0,9 g	Kenőmájás Zsemle (1) Jégcsap retek  En: 617 kJ ( 147 kCal) Zsír: 0,5 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 30,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,6 g Só: 0,7 g		Párizsi (1,6) Margarin Zsemle (1) Zöldpaprika  En: 985 kJ ( 235 kCal) Zsír: 8,0 g T.Zsír: 2,3 g Szh: 30,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,3 g Só: 1,3 g	Farmer Rudi (7) Kifli (1,7)  En: 1031 kJ ( 246 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 4,5 g Szh: 38,3 g Cukor: 11,8 g Feh: 6,9 g Só: 0,6 g

Jó étvágyat kívánunk !

 Darainé Zoltai Éva  
 Üzletvezető  
 Tel.: 061-2164846

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok 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.-szeszammag 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