

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej (7) Stangli En: 420 kJ (100 kCal) Zsír: 3,0 g T.Zsír: 1,6 g Szh: 10,6 g Cukor: 10,0 g Feh: 6,8 g Só: 0,2 g	Citromos tea Körözött (7,10) Félbarna kenyér (1) En: 1313 kJ (314 kCal) Zsír: 9,9 g T.Zsír: 0,9 g Szh: 48,5 g Cukor: 21,4 g Feh: 8,1 g Só: 1,9 g	Gyümölcs tea Csirkemell sonka Margarin Zsemle (1) En: 931 kJ (222 kCal) Zsír: 3,5 g T.Zsír: 0,5 g Szh: 39,0 g Cukor: 9,2 g Feh: 9,5 g Só: 1,1 g	Tejeskávé (7) Briós (1,3,7) En: 1525 kJ (364 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 2,9 g Szh: 66,9 g Cukor: 42,2 g Feh: 10,4 g Só: 0,5 g	Citromos tea Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 1151 kJ (275 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 1,7 g Szh: 45,3 g Cukor: 20,4 g Feh: 6,8 g Só: 1,3 g
Ebéd	Paradicsom leves (1,9) Zöldséges sertésragú (1,7) Párolt rizs Gyümölcs En: 3904 kJ (932 kCal) Zsír: 38,2 g T.Zsír: 6,4 g Szh: 112,4 g Cukor: 16,8 g Feh: 28,1 g Só: 4,7 g	Zöldség leves (1,9) Szárnyaspörkölt (1) Sárgaborsó főzelék (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 3143 kJ (751 kCal) Zsír: 21,9 g T.Zsír: 2,4 g Szh: 91,8 g Cukor: 3,2 g Feh: 40,7 g Só: 9,3 g	Frankfurti leves (1,7,9,12) Mákos metélt (1) Alma En: 3683 kJ (880 kCal) Zsír: 30,0 g T.Zsír: 5,2 g Szh: 105,0 g Cukor: 19,5 g Feh: 22,4 g Só: 5,5 g	Reszelttészta leves (1,9) Főtt tojás Sóskamártás (1,7,12) Főtt burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 3329 kJ (795 kCal) Zsír: 15,4 g T.Zsír: 3,2 g Szh: 139,5 g Cukor: 21,6 g Feh: 18,2 g Só: 3,0 g	Brokkoli krémleves (7) Sütőben sült halrudak (1,4) Petrezselymes burgonya (12) Káposzta saláta En: 3281 kJ (784 kCal) Zsír: 40,4 g T.Zsír: 5,1 g Szh: 78,5 g Cukor: 1,8 g Feh: 22,6 g Só: 1,9 g
Uzsonna	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	Zala felvágott (6) Margarin Szezámagos zsemle (1,11) Zöldpaprika En: 939 kJ (224 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 1,6 g Szh: 31,1 g Cukor: 0,6 g Feh: 8,7 g Só: 1,2 g	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsap retek En: 545 kJ (130 kCal) Zsír: 0,6 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 24,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,4 g Só: 0,9 g	Sajt szelet (7) Margarin Félbarna kenyér (1) Zöldpaprika En: 941 kJ (225 kCal) Zsír: 8,2 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 27,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,8 g Só: 1,5 g	Gyümölcsös joghurt (7) Kifli (1,7) En: 1135 kJ (271 kCal) Zsír: 3,4 g T.Zsír: 0,9 g Szh: 49,8 g Cukor: 17,9 g Feh: 10,0 g Só: 0,7 g

Jó étvágyat kívánunk !

Darainé Zoltai Éva
Üzletvezető
Tel.: 061-2164846

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákók 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