

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	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
<b>Ebéd</b>	Paradicsom leves (1,9) Fokhagymás aprópecsenye Főtt burgonya (12) Csemege uborka édesítőszerrel (10) Gyümölcs  En: 2926 kJ ( 699 kCal) Zsír: 22,2 g T.Zsír: 2,6 g Szh: 86,9 g Cukor: 15,6 g Feh: 33,5 g Só: 3,9 g	Zöldség leves (1,9) Majorannás csirkescsók (1,5) Rizi-bizi Mongol káposzta saláta  En: 4081 kJ ( 975 kCal) Zsír: 45,6 g T.Zsír: 5,1 g Szh: 85,7 g Cukor: 2,3 g Feh: 48,7 g Só: 10,2 g	Frankfurti leves (1,7,9,12) Piskóta kocka (1,3) Csokoládés öntet (1,3,7,9,10) Alma  En: 3142 kJ ( 750 kCal) Zsír: 40,1 g T.Zsír: 6,8 g Szh: 75,1 g Cukor: 25,5 g Feh: 19,9 g Só: 2,2 g	Reszelttészta leves (1,9) Szezámmagos sertésvagdalt (1,3,9) Lencse főzelék (1,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)  En: 3559 kJ ( 850 kCal) Zsír: 29,5 g T.Zsír: 5,1 g Szh: 100,6 g Cukor: 8,2 g Feh: 40,2 g Só: 4,6 g	Brokkolikrém leves (7) Bugaci sertéstokány (1) Főtt tészta (1) Káposzta saláta  En: 3330 kJ ( 795 kCal) Zsír: 39,3 g T.Zsír: 5,6 g Szh: 72,1 g Cukor: 3,3 g Feh: 34,2 g Só: 2,8 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	Zala felvágott (6) Margarin Szezámmagos 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.-szezámmag 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