

2018.11.05 Hétfő	2018.11.06 Kedd	2018.11.07 Szerda	2018.11.08 Csütörtök	2018.11.09 Péntek	2018.11.10 Szombat	2018.11.11 Vasárnap
R e g g e l i						
Citromos tea	Citromos tea	Citromos tea	Citromos tea	Citromos tea	Citromos tea	
Zsemle	Zsemle	Zsemle	Zsemle	Zsemle	Zsemle	
Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	
TM Szalámi	TM Felvágott	Lekvár(regg. v. uzsi)	TM Felvágott	TM Szalámi	TM Felvágott	
Paprika	Kígyóuborka		Paprika	Paprika	Jégrettek	
Energia: 345,9 kCal 1451,4 kJoule	Energia: 343,5 kCal 1441,2 kJoule	Energia: 321,3 kCal 1348,5 kJoule	Energia: 345,9 kCal 1451,4 kJoule	Energia: 345,9 kCal 1451,4 kJoule	Energia: 342,3 kCal 1436,3 kJoule	
Fehérje: 15,2 g	Fehérje: 15,1 g	Fehérje: 8,5 g	Fehérje: 15,2 g	Fehérje: 15,2 g	Fehérje: 15,0 g	
Zsír: 11,7 g	Zsír: 11,6 g	Zsír: 4,5 g	Zsír: 11,7 g	Zsír: 11,7 g	Zsír: 11,6 g	
Szénhidrát: 41,1 g	Szénhidrát: 40,7 g	Szénhidrát: 57,7 g	Szénhidrát: 41,1 g	Szénhidrát: 41,1 g	Szénhidrát: 40,5 g	
Koleszterin: 37,5 g	Koleszterin: 37,5 g	Koleszterin: 0,0 g	Koleszterin: 37,5 g	Koleszterin: 37,5 g	Koleszterin: 37,5 g	
Telített zsír: 2,9 g	Telített zsír: 2,9 g	Telített zsír: 0,0 g	Telített zsír: 2,9 g	Telített zsír: 2,9 g	Telített zsír: 2,9 g	
glutén	glutén	glutén	glutén	glutén	glutén	<u>Allergének:</u>
Cukortartalom: 15,2 g	15,2 g	30,2 g	15,2 g	15,2 g	15,2 g	
Sótartalom: 2,2 g	2,2 g	1,0 g	2,2 g	2,2 g	2,2 g	
E b é d						
TM Vegyes zöldségleves	TM Meggyleves	TM Csontleves	TM Zöldborsóleves	TM Karfiolleves	TM Paradicsomleves	
TM Párolt pulykamell	TM.Csirkepaprikás(cs.mell)	TM Paprikás burg.s.hússal	TM Must-pórés pulykaragu	TM Sonkás tészta	TM Bácskai rizseshús	
TM Sárgaborsófőzelék	TM,ToM Főtt tészta	Csemege uborka	TM Párolt rizs		Kovászos uborka	
	Alma					
Energia: 520,7 kCal 2180,5 kJoule	Energia: 311,2 kCal 1280,1 kJoule	Energia: 395,3 kCal 1654,9 kJoule	Energia: 813,1 kCal 3410,6 kJoule	Energia: 373,2 kCal 1567,6 kJoule	Energia: 637,6 kCal 2674,1 kJoule	
Fehérje: 32,4 g	Fehérje: 21,7 g	Fehérje: 23,3 g	Fehérje: 31,0 g	Fehérje: 17,8 g	Fehérje: 22,9 g	
Zsír: 19,2 g	Zsír: 10,3 g	Zsír: 12,9 g	Zsír: 29,2 g	Zsír: 12,2 g	Zsír: 30,2 g	
Szénhidrát: 51,1 g	Szénhidrát: 30,3 g	Szénhidrát: 44,1 g	Szénhidrát: 95,4 g	Szénhidrát: 45,2 g	Szénhidrát: 62,8 g	
Koleszterin: 65,6 g	Koleszterin: 46,2 g	Koleszterin: 66,0 g	Koleszterin: 71,2 g	Koleszterin: 57,0 g	Koleszterin: 56,0 g	
Telített zsír: 2,5 g	Telített zsír: 0,8 g	Telített zsír: 3,6 g	Telített zsír: 4,3 g	Telített zsír: 1,6 g	Telített zsír: 3,3 g	
glutén,zeller	glutén	zeller	glutén,mustár	glutén	glutén	<u>Allergének:</u>
Cukortartalom: 0,0 g	12,4 g	1,0 g	0,2 g	0,0 g	12,6 g	
Sótartalom: 5,4 g	3,5 g	4,3 g	5,0 g	4,6 g	3,0 g	
U z s o n n a						
Zsemle	Zsemle	Zsemle	Zsemle	Zsemle	Zsemle	
Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	Margarin (TM is)	
TM Felvágott	TM Szalámi	TM Felvágott	TM Szalámi	Méz	TM Szalámi	

Energia:	280,5 kCal 1177,7 kJoule	Energia:	280,5 kCal 1177,7 kJoule	Energia:	280,5 kCal 1177,7 kJoule	Energia:	280,5 kCal 1177,7 kJoule	Energia:	287,7 kCal 1206,5 kJoule	Energia:	280,5 kCal 1177,7 kJoule
Fehérje:	11,5 g	Fehérje:	11,5 g	Fehérje:	11,5 g	Fehérje:	11,5 g	Fehérje:	5,2 g	Fehérje:	11,5 g
Zsír:	11,4 g	Zsír:	11,4 g	Zsír:	11,4 g	Zsír:	11,4 g	Zsír:	4,3 g	Zsír:	11,4 g
Szénhidrát:	31,3 g	Szénhidrát:	31,3 g	Szénhidrát:	31,3 g	Szénhidrát:	31,3 g	Szénhidrát:	55,1 g	Szénhidrát:	31,3 g
Koleszterin:	37,5 g	Koleszterin:	37,5 g	Koleszterin:	37,5 g	Koleszterin:	37,5 g	Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	37,5 g
Telített zsír:	2,9 g	Telített zsír:	2,9 g	Telített zsír:	2,9 g	Telített zsír:	2,9 g	Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	2,9 g
glutén		glutén		glutén		glutén		glutén		glutén	
Cukortartalom:	0,0 g		0,0 g		0,0 g		0,0 g		0,0 g		0,0 g
Sótartalom:	2,2 g		2,2 g		2,2 g		2,2 g		1,0 g		2,2 g

Allergének: