

2018.11.12 Hétfő	2018.11.13 Kedd	2018.11.14 Szerda	2018.11.15 Csütörtök	2018.11.16 Péntek	2018.11.17 Szombat	2018.11.18 Vasárnap
R e g g e l i						
Citromos tea Zsemle Margarin (TM is) TM Szalámi Kígyóuborka	Citromos tea Zsemle Margarin (TM is) TM Felvágott Jégretek	Citromos tea Zsemle Margarin (TM is) TM Felvágott	Citromos tea Zsemle Margarin (TM is) TM Szalámi	Citromos tea Zsemle Margarin (TM is) TM Felvágott Kígyóuborka		
Energia: 343,5 kCal 1441,2 kJoule Fehérje: 15,1 g Zsír: 11,6 g Szénhidrát: 40,7 g Koleszterin: 37,5 g Telített zsír: 2,9 g	Energia: 342,3 kCal 1436,3 kJoule Fehérje: 15,0 g Zsír: 11,6 g Szénhidrát: 40,5 g Koleszterin: 37,5 g Telített zsír: 2,9 g	Energia: 339,9 kCal 1426,2 kJoule Fehérje: 14,8 g Zsír: 11,6 g Szénhidrát: 40,2 g Koleszterin: 37,5 g Telített zsír: 2,9 g	Energia: 339,9 kCal 1426,2 kJoule Fehérje: 14,8 g Zsír: 11,6 g Szénhidrát: 40,2 g Koleszterin: 37,5 g Telített zsír: 2,9 g	Energia: 343,5 kCal 1441,2 kJoule Fehérje: 15,1 g Zsír: 11,6 g Szénhidrát: 40,7 g Koleszterin: 37,5 g Telített zsír: 2,9 g		
glutén	glutén	glutén	glutén	glutén		
Cukortartalom: 15,2 g Sótartalom: 2,2 g	15,2 g 2,2 g	15,2 g 2,2 g	15,2 g 2,2 g	15,2 g 2,2 g		
<u>Allergének:</u>						
E b é d						
TM Zölds.brokkoli leves TM Csirkepörkölt TM Párolt rizs	TM Zellerkrémleves TM S.ragu Budapest módra TM,ToM Főtt tészta Narancs	TM Zöldbableves TM Párolt sertésszelet TM Burgonyafőzelék	TM Lebbencsleves TM Rakott kel.	TM Alföldi gulyásleves TM Gránátos kocka Csemege uborka		
Energia: 812,3 kCal 3304,8 kJoule Fehérje: 42,3 g Zsír: 29,0 g Szénhidrát: 84,0 g Koleszterin: 127,5 g Telített zsír: 1,9 g	Energia: 476,5 kCal 1472,6 kJoule Fehérje: 18,3 g Zsír: 17,5 g Szénhidrát: 30,1 g Koleszterin: 150,5 g Telített zsír: 1,8 g	Energia: 508,3 kCal 2129,2 kJoule Fehérje: 26,0 g Zsír: 18,4 g Szénhidrát: 56,0 g Koleszterin: 48,0 g Telített zsír: 2,8 g	Energia: 382,2 kCal 1489,7 kJoule Fehérje: 16,1 g Zsír: 13,9 g Szénhidrát: 38,8 g Koleszterin: 26,4 g Telített zsír: 1,3 g	Energia: 543,7 kCal 2140,4 kJoule Fehérje: 21,0 g Zsír: 9,4 g Szénhidrát: 70,6 g Koleszterin: 27,0 g Telített zsír: 0,5 g		
glutén	glutén,zeller	glutén	glutén	zeller,glutén		
Cukortartalom: 0,3 g Sótartalom: 5,0 g	1,4 g 4,5 g	0,1 g 6,1 g	0,3 g 5,0 g	1,3 g 3,6 g		
<u>Allergének:</u>						
U z s o n n a						
Zsemle Margarin (TM is) TM Felvágott	Zsemle Margarin (TM is) Méz	Zsemle Margarin (TM is) TM Szalámi Paprika	Zsemle Margarin (TM is) TM Szalámi Kígyóuborka	Zsemle Margarin (TM is) Lekvár(regg. v. uzsi)		

Energia:	280,5 kCal 1177,7 kJoule	Energia:	287,7 kCal 1206,5 kJoule	Energia:	286,5 kCal 1202,9 kJoule	Energia:	284,1 kCal 1192,7 kJoule	Energia:	261,9 kCal 1100,0 kJoule
Fehérje:	11,5 g	Fehérje:	5,2 g	Fehérje:	11,9 g	Fehérje:	11,8 g	Fehérje:	5,2 g
Zsír:	11,4 g	Zsír:	4,3 g	Zsír:	11,5 g	Zsír:	11,5 g	Zsír:	4,4 g
Szénhidrát:	31,3 g	Szénhidrát:	55,1 g	Szénhidrát:	32,2 g	Szénhidrát:	31,8 g	Szénhidrát:	48,9 g
Koleszterin:	37,5 g	Koleszterin:	0,0 g	Koleszterin:	37,5 g	Koleszterin:	37,5 g	Koleszterin:	0,0 g
Telített zsír:	2,9 g	Telített zsír:	0,0 g	Telített zsír:	2,9 g	Telített zsír:	2,9 g	Telített zsír:	0,0 g
glutén		glutén		glutén		glutén		glutén	
Cukortartalom:	0,0 g		0,0 g		0,0 g		0,0 g		15,0 g
Sótartalom:	2,2 g		1,0 g		2,2 g		2,2 g		1,0 g

Allergének: