

Étkezés / Menü	Hétfő 03.20	Kedd 03.21	Szerda 03.22	Csütörtök 03.23	Péntek 03.24
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 1018.64 kJ; energia 243.695 kcal; fehérje 7.566 g; szénhidrát 35.655 g; zsír 7.666 g; telített zsírsav 2.476 g; élelmi rost 2.668 g; só 1.555 g; koleszterin 15.2 mg; hozzáadott cukor 8.991 g;	Vaníliás tej (1;7;) Kifli (1;6;7;) energia 1077.41 kJ; energia 257.691 kcal; fehérje 11.5 g; szénhidrát 45.095 g; zsír 3.35 g; telített zsírsav 1.753 g; élelmi rost 1.515 g; só 1.052 g; koleszterin 10.4 mg; hozzáadott cukor 5.995 g;	Citromos tea (1;12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 961.34 kJ; energia 229.985 kcal; fehérje 7.657 g; szénhidrát 36.419 g; zsír 5.752 g; telített zsírsav 1.728 g; élelmi rost 2.75 g; só 1.491 g; koleszterin 11.312 mg; hozzáadott cukor 9.014 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 1234.2 kJ; energia 295.201 kcal; fehérje 11.981 g; szénhidrát 45.565 g; zsír 7.075 g; telített zsírsav 2.742 g; élelmi rost 2.646 g; só 1.369 g; koleszterin 10.6 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;	Citromos tea (1;12;) Házi sajtkrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Kígyóborka (12;) energia 934.17 kJ; energia 223.473 kcal; fehérje 8.65 g; szénhidrát 36.205 g; zsír 4.727 g; telített zsírsav 2.456 g; élelmi rost 3.743 g; só 1.074 g; koleszterin 11.8 mg; hozzáadott cukor 9.028 g;
ebéd / A	Palócleves sertéshúsból (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Alma energia 2240.64 kJ; energia 535.981 kcal; fehérje 17.704 g; szénhidrát 72.197 g; zsír 19.073 g; telített zsírsav 7.005 g; élelmi rost 6.23 g; só 0.792 g; koleszterin 40.456 mg; hozzáadott cukor 26.973 g;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;9;10;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;8;9;10;12;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 3043.85 kJ; energia 728.183 kcal; fehérje 32.736 g; szénhidrát 86.267 g; zsír 27.571 g; telített zsírsav 7.687 g; élelmi rost 11.762 g; só 2.778 g; koleszterin 74.445 mg; cukor 0.046 g; hozzáadott cukor 1.006 g;	Húsleves tésztával (1;3;8;9;10;12;) Főtt sertéshús Paradicsommártás (1;9;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) energia 1450.82 kJ; energia 347.091 kcal; fehérje 18.275 g; szénhidrát 46.102 g; zsír 9.52 g; telített zsírsav 2.274 g; élelmi rost 5.771 g; só 2.233 g; koleszterin 40.8 mg; hozzáadott cukor 9.003 g;	Brokkolikrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Ecetes cékla (12;) energia 2402.63 kJ; energia 574.796 kcal; fehérje 17.896 g; szénhidrát 65.885 g; zsír 26.212 g; telített zsírsav 7.626 g; élelmi rost 5.293 g; só 2.115 g; koleszterin 55.9 mg; hozzáadott cukor 3.996 g;	Fahéjas szilvaleves (1;3;5;6;7;8;10;12;) Zöldfűszeres sertésragu (1;8;10;12;) Petrezselymes burgonya (12;) Káposztasaláta (10;12;) energia 2678.67 kJ; energia 622.85 kcal; fehérje 18.39 g; szénhidrát 80.18 g; zsír 24.5 g; telített zsírsav 7.866 g; élelmi rost 8.362 g; só 1.669 g; koleszterin 52.8 mg; hozzáadott cukor 19.98 g;
uzsonna / A	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;) Zöldpaprika energia 878.472 kJ; energia 210.16 kcal; fehérje 7.87 g; szénhidrát 29.3 g; zsír 6.72 g; telített zsírsav 2.861 g; élelmi rost 1.909 g; só 1.132 g; koleszterin 10.2 mg;	Házi körözött (1;3;6;7;8;9;10;12;) Magos szórt zsemle (1;6;7;11;) Jégcsapretek energia 734.234 kJ; energia 175.654 kcal; fehérje 7.301 g; szénhidrát 29.934 g; zsír 2.898 g; telített zsírsav 0.983 g; élelmi rost 1.672 g; só 1.042 g; koleszterin 3.5 mg; hozzáadott cukor 0.041 g;	Kenőmájás (9;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Lilahagyma (12;) energia 834.952 kJ; energia 199.736 kcal; fehérje 8.47 g; szénhidrát 26.67 g; zsír 6.46 g; telített zsírsav 2.683 g; élelmi rost 3.71 g; só 1.138 g; koleszterin 44.8 mg;	Házi kolbászkrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Rágórépa (12;) energia 775.978 kJ; energia 185.52 kcal; fehérje 7.648 g; szénhidrát 27.01 g; zsír 4.992 g; telített zsírsav 1.722 g; élelmi rost 3.723 g; só 1.178 g; koleszterin 10.755 mg; hozzáadott cukor 0.037 g;	Ízes táská (1;3;5;6;7;8;11;12;) energia 856.043 kJ; energia 204.8 kcal; fehérje 2.266 g; szénhidrát 23.996 g; zsír 10.965 g; telített zsírsav 2.921 g; élelmi rost 0.66 g; só 0.405 g; koleszterin 10.689 mg; hozzáadott cukor 10.902 g;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek