

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tej Snidlinges sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Fonottkalács Zöldpaprika En: 3215 kJ ( 768 kCal) Zsír: 23,1 g T.Zsír: 12,3 g Szh: 102,2 g Cukor: 4,8 g Feh: 30,9 g Só: 2,0 g Allergének:1,3,7	Citromos tea Kenőmájas Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom En: 1174 kJ ( 280 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 1,4 g Szh: 51,3 g Cukor: 20,2 g Feh: 5,7 g Só: 1,2 g Allergének:1	Karamellás tej Eidami sajt szelet Mini margarin Kifli Szezámmagos zsemle En: 3072 kJ ( 734 kCal) Zsír: 24,8 g T.Zsír: 12,8 g Szh: 97,8 g Cukor: 38,8 g Feh: 27,6 g Só: 2,5 g Allergének:1,7,11	Gyümölcsös tea Paprikás szalámi Póréhagymás tojáskrém Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér En: 2134 kJ ( 510 kCal) Zsír: 29,9 g T.Zsír: 11,3 g Szh: 42,2 g Cukor: 10,4 g Feh: 16,1 g Só: 3,9 g Allergének:1,3,7,10	Citromos tea Csirkemell sonka Mini margarin Sajtos pogácsa Teljes kiőrlésű kenyér En: 2157 kJ ( 515 kCal) Zsír: 12,0 g T.Zsír: 6,7 g Szh: 73,9 g Cukor: 21,9 g Feh: 16,5 g Só: 2,1 g Allergének:1,7
<b>Ebéd</b>	Magyaros zeller leves Szárnyaspörkölt Burgonya főzelék Félbarna kenyér Alma En: 3581 kJ ( 855 kCal) Zsír: 33,4 g T.Zsír: 6,3 g Szh: 102,3 g Cukor: 8,3 g Feh: 33,3 g Só: 8,4 g Allergének:1,7,9,12	Karfiol leves Sajt szórat Bolognai halragu spagettivel En: 3043 kJ ( 727 kCal) Zsír: 26,7 g T.Zsír: 9,4 g Szh: 87,3 g Cukor: 0,3 g Feh: 29,7 g Só: 3,1 g Allergének:1,7	Reszelttészta leves Sült virsli Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs En: 4212 kJ ( 1006 kCal) Zsír: 62,6 g T.Zsír: 13,4 g Szh: 82,4 g Cukor: 16,5 g Feh: 25,8 g Só: 4,9 g Allergének:1,3,6,7,9,10	Fejtett bagulyás sertéshússal Morzsás nudli Fahéjas szilvavelő En: 3814 kJ ( 911 kCal) Zsír: 21,9 g T.Zsír: 3,2 g Szh: 116,1 g Cukor: 6,4 g Feh: 31,7 g Só: 4,5 g Allergének:1,3,7,9,10	Narancsos sütitők krémleves Levesgyöngy Pestós csirkemellfilé Vajas burgonya Csemege uborka édesítőszerrel En: 3000 kJ ( 717 kCal) Zsír: 31,5 g T.Zsír: 8,8 g Szh: 76,7 g Cukor: 0,7 g Feh: 27,2 g Só: 3,7 g Allergének:1,3,7,9,10,12
<b>Vacsora</b>	Mézes-mustáros csirkecomb Párolt rizs En: 2931 kJ ( 700 kCal) Zsír: 21,6 g T.Zsír: 2,7 g Szh: 90,9 g Cukor: 4,7 g Feh: 31,9 g Só: 3,2 g Allergének:1,9,10	Hamburger 1/2 Amerikai káposzta saláta 1/2 Hasáb burgonya Gyümölcs En: 5846 kJ ( 1396 kCal) Zsír: 96,8 g T.Zsír: 9,1 g Szh: 100,4 g Cukor: 14,5 g Feh: 28,6 g Só: 12,9 g Allergének:1,3,6,7,10,12	Sertéspörkölt Galuska Savanyúság édesítőszerrel En: 4892 kJ ( 1168 kCal) Zsír: 32,4 g T.Zsír: 5,1 g Szh: 170,4 g Cukor: 1,7 g Feh: 41,7 g Só: 5,5 g Allergének:1,3,9	Dubarry csirkemellfilé Párolt zöldségmix Müzli szelet En: 2688 kJ ( 642 kCal) Zsír: 26,9 g T.Zsír: 7,2 g Szh: 72,5 g Cukor: 13,0 g Feh: 23,3 g Só: 5,0 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9,10,11,12	

Jó étvágyat kívánunk !

Üzletvezető