

2018-04-23 - 2018-04-29

	2018-04-23		2018-04-24		2018-04-25		2018-04-26		2018-04-27	
Reggeli	Párizsikrém()[6], Tej 2,8% () [7], graham kenyér 0.05 kg[1]		Diós sajtkrém()[7,8], Tej 2,8% () [7], kígyó uborka 0.02 kg, rozsoskenyér 0.05 kg[1]		Margarin, Tea, félbarna kenyér 0.05 kg[1,6], tv paprika 0.02 kg		Zöldségkrém(), Tej 2,8% () [7], tönköly kenyér 0.05 kg[1]		Tej 2,8% () [7], briós 1 db/50g[1,3,7]	
	E: 417.13 kcal	Zsír: 19.31 g	E: 402.61 kcal	Zsír: 17.66 g	E: 210.69 kcal	Zsír: 6.98 g	E: 349.53 kcal	Zsír: 14.07 g	E: 317.74 kcal	Zsír: 359.6 g
	Tel.zsír.: 4.47 g	Feh.: 16.72 g	Tel.zsír.: 6.65 g	Feh.: 15.57 g	Tel.zsír.: 1.74 g	Feh.: 5.27 g	Tel.zsír.: 4.95 g	Feh.: 11.69 g	Tel.zsír.: 4.01 g	Feh.: 11.81 g
	CH: 37.94 g	Cuk: 0.4 g	CH: 39.19 g	Cuk: 0 g	CH: 30.67 g	Cuk: 5.99 g	CH: 37.74 g	Cuk: 0 g	CH: 40.95 g	Cuk: 0 g
	Só: 1.72 g	Ca: 262.89 mg	Só: 1.29 g	Ca: 372.5 mg	Só: 0.78 g	Ca: 13.78 mg	Só: 1.01 g	Ca: 245.74 mg	Só: 0.3 g	Ca: 246.74 mg
	Vas: 1.79 mg	Cuk.: 2.59 g	Vas: 1.43 mg	Cuk.: 5.5 g	Vas: 0.1 mg	Cuk.: 24.64 g	Vas: 0.51 mg	Cuk.: 83.47 g	Vas: 0.66 mg	Cuk.: 2.01 g
Ebéd	Csurgatott tojásleves()[1,3], Cukkinis húsos rakott tészta()[1,7]		Vajgaluskaleves()[1,3], Kelkáposzta főzelék()[1], Sertés vagdalt() [1,3]		Márgombóclevés()[1,3,9], Császármorzsa()[1,3,7], Gyümölcsöntet()[13]		Fokhagymakrémleves()[1,7], Hentestokány csirkéből()[1], Bulgur()[1], levesbetét, buzadara gyűrű 0.001 kg		Fahéjas szilvaleves()[1,7,13], Sajtos halfilé()[1,4,7], Mexikói köret()	
	E: 756.92 kcal	Zsír: 33.96 g	E: 565.41 kcal	Zsír: 29.56 g	E: 807.94 kcal	Zsír: 28.02 g	E: 467.1 kcal	Zsír: 19.59 g	E: 661.94 kcal	Zsír: 31.92 g
	Tel.zsír.: 7.28 g	Feh.: 32.23 g	Tel.zsír.: 3.97 g	Feh.: 24.89 g	Tel.zsír.: 3.09 g	Feh.: 23.67 g	Tel.zsír.: 3.56 g	Feh.: 26.2 g	Tel.zsír.: 6.37 g	Feh.: 31.65 g
	CH: 74.98 g	Cuk: 0 g	CH: 46.25 g	Cuk: 0 g	CH: 110.25 g	Cuk: 14.99 g	CH: 47.15 g	Cuk: 0 g	CH: 57.95 g	Cuk: 10.99 g
	Só: 5.93 g	Ca: 175.14 mg	Só: 4.53 g	Ca: 118.8 mg	Só: 1.8 g	Ca: 149.29 mg	Só: 4.66 g	Ca: 65.03 mg	Só: 4.33 g	Ca: 213.17 mg
	Vas: 3.38 mg	Cuk.: 1.36 g	Vas: 1.8 mg	Cuk.: 54552.79 g	Vas: 4.99 mg	Cuk.: 8570.33 g	Vas: 2.1 mg	Cuk.: 6.65 g	Vas: 2.12 mg	Cuk.: 26.29 g
Uzsonna	Alma, keksz háztartási 0.02 kg[1]		félbarna kenyér 0.05 kg[1,6], gépsonka 0.02 kg, retek 0.02 kg		sajtos pogácsa 1 db/50g[1,3,7]		Margarin, Diákcsemege, kígyó uborka 0.02 kg, rozsos zsemle 50g 1 db/50g[1]		Petrezselymes túrókrém sárgaréppával() [7], teljes kiőrlésű kenyér 0.05 kg[1]	
	E: 116.98 kcal	Zsír: 1.47 g	E: 157.68 kcal	Zsír: 1.94 g	E: 229.5 kcal	Zsír: 11 g	E: 411.97 kcal	Zsír: 22.32 g	E: 214.15 kcal	Zsír: 5.42 g
	Tel.zsír.: 0.4 g	Feh.: 2.4 g	Tel.zsír.: 0.49 g	Feh.: 9.66 g	Tel.zsír.: 0 g	Feh.: 11 g	Tel.zsír.: 1.89 g	Feh.: 15.07 g	Tel.zsír.: 0.91 g	Feh.: 11.28 g
	CH: 23.3 g	Cuk: 3.7 g	CH: 24.47 g	Cuk: 0 g	CH: 20 g	Cuk: 0 g	CH: 36.62 g	Cuk: 0.55 g	CH: 27.48 g	Cuk: 0.45 g
	Só: 0.21 g	Ca: 16.55 mg	Só: 1.15 g	Ca: 24.28 mg	Só: 0 g	Ca: 0 mg	Só: 0.79 g	Ca: 3 mg	Só: 1.29 g	Ca: 63.75 mg
	Vas: 0.33 mg	Cuk.: 5.5 g	Vas: 0.3 mg	Cuk.: 4 g	Vas: 0 mg	Cuk.: 0 g	Vas: 0.1 mg	Cuk.: 1 g	Vas: 1.61 mg	Cuk.: 480 g

Allergének: 1 - Glutént tartalmazó gabona, 2 - Rákfélék és azokból készült termékek, 3 - Tojás és abból készült termékek, 4 - Halak és azokból készült termékek, 5 - Földimogyoró és abból készült termékek, 6 - Szójabab és abból készült termékek, 7 - Tej és abból készült termékek, 8 - Diófélék, 9 - Zeller és abból készült termékek, 10 - Mustár és abból készült termékek, 11 - Szezám és abból készült termékek, 12 - Kén-dioxid, 13 - Fahéj és abból készült termékek, 14 -