

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Kenőmájás Kakaós csiga Zsemle Kígyóborka En: 3406 kJ (814 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 3,5 g Szh: 155,1 g Cukor: 36,0 g Feh: 26,6 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7	Tej Csemege szalámi Mini margarin Félbarna kenyér Jégcsap retek En: 2102 kJ (502 kCal) Zsír: 25,2 g T.Zsír: 10,0 g Szh: 43,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 24,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Gyümölcsös tea Eidami sajt szelet Felvágott Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér En: 1880 kJ (449 kCal) Zsír: 18,9 g T.Zsír: 9,5 g Szh: 41,6 g Cukor: 10,1 g Feh: 25,6 g Só: 2,6 g Allergének:1,7	Tejeskávé Csirkemell sonka Mini margarin Briós Félbarna kenyér En: 3172 kJ (758 kCal) Zsír: 15,3 g T.Zsír: 6,4 g Szh: 129,5 g Cukor: 52,7 g Feh: 28,1 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,7	Citromos tea Felvágott Tojáskrém Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér En: 1682 kJ (402 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 3,5 g Szh: 52,9 g Cukor: 20,5 g Feh: 18,8 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,10
Ebéd	Vajgaluska leves Főtt tojás Paraj főzelék Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér En: 2926 kJ (699 kCal) Zsír: 29,9 g T.Zsír: 4,6 g Szh: 86,3 g Cukor: 3,7 g Feh: 16,1 g Só: 5,6 g Allergének:1,3,7,9,12	Zöldbableves Tarhonyáshús Csemege uborka édesítőszerrel En: 1703 kJ (407 kCal) Zsír: 25,4 g T.Zsír: 4,2 g Szh: 22,0 g Cukor: 5,9 g Feh: 19,1 g Só: 4,2 g Allergének:1,7,10	Gulyás leves Dejós morzsás nudli Vaniliás öntet Alma En: 4565 kJ (1090 kCal) Zsír: 27,0 g T.Zsír: 4,3 g Szh: 154,6 g Cukor: 64,4 g Feh: 29,2 g Só: 6,9 g Allergének:1,7,9,12	Zöldségleves Vagdalt pogácsa Lencse főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Mikulás csokoládé En: 5595 kJ (1336 kCal) Zsír: 46,2 g T.Zsír: 15,0 g Szh: 163,3 g Cukor: 45,2 g Feh: 59,9 g Só: 9,4 g Allergének:1,3,6,7,9,10	Paradicsom leves Panírozott halrudak Snidlinges párolt rizs Mandarin En: 4422 kJ (1056 kCal) Zsír: 38,5 g T.Zsír: 4,1 g Szh: 141,6 g Cukor: 31,9 g Feh: 29,1 g Só: 4,3 g Allergének:1,3,4,9
Vacsora	Erdélyi rakottkáposzta Gyümölcs En: 2100 kJ (502 kCal) Zsír: 24,4 g T.Zsír: 3,8 g Szh: 45,7 g Cukor: 11,6 g Feh: 21,7 g Só: 7,7 g Allergének:1,7	Csirke gyrostál Gyümölcsös müzli szelet En: 3852 kJ (920 kCal) Zsír: 53,4 g T.Zsír: 6,2 g Szh: 63,0 g Cukor: 11,4 g Feh: 24,7 g Só: 6,5 g Allergének:1,3,5,6,7,8,10,11,12	Sajtos sült csirkecomb Rizsi-bizi Savanyúság édesítőszerrel En: 3437 kJ (821 kCal) Zsír: 32,5 g T.Zsír: 8,2 g Szh: 67,0 g Cukor: 0,4 g Feh: 60,4 g Só: 3,8 g Allergének:5,7,9	Milánói lasagne Gyümölcs En: 3254 kJ (777 kCal) Zsír: 21,8 g T.Zsír: 6,9 g Szh: 91,7 g Cukor: 20,7 g Feh: 48,6 g Só: 4,2 g Allergének:1,7	

Jó étvágyat kívánunk !

Üzletvezető