

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	pentek
Tízórai					
(00481) Gyermek (4-6 év)	Tejeskávét, Fahéjas briós	Citromos tea, Tojásomlett, Magvas kenyér	Tej, Gabbagolyó csokis	Citromos tea, Főtt virsli, mustárral, Graham kenyér	Tej, Vaj 80%, Méz, Tejles kiörlesű tönkölyös kenyér
	Energia: 430,48 Kcal / 1 799,41 KJ Fehérje 15,58 g Zsír 9,23 g Szénhidrát 70,76 g	Energia: 335,96 Kcal / 1 404,31 KJ Fehérje 12,98 g Zsír 12,01 g Cukor 43,56 g Só 7,99 g	Energia: 97,06 Kcal / 405,71 KJ Fehérje 6,80 g Zsír 3,00 g Cukor 10,60 g Só 0,00 g	Energia: 458,96 Kcal / 1 918,45 KJ Fehérje 19,71 g Zsír 21,88 g Cukor 7,99 g Só 3,91 g	Energia: 314,37 Kcal / 1 314,07 KJ Fehérje 12,62 g Zsír 10,75 g Cukor 40,78 g Só 8,10 g
	1,3,7	1,3,7	7	1,10,(6),(7),(12)	1,7
Ebéd					
(00481) Gyermek (4-6 év)	Daragaluska leves, Hentes tokány, Párolt rizs	Paradicsomos húsgombóc, Főtt burgonya, Zöldségleves	Aragyaluska, Vaníliásodó, Palóclevés	Tarhonyaleves, Rakott karfiol, Sárgabarack	Burgonyaleves zöldséges, Csabai sertéskaraj, Párolt rizs, Babsaláta
	Energia: 431,66 Kcal / 1 804,34 KJ Fehérje 22,04 g Zsír 10,73 g Cukor 61,38 g Só 0,06 g	Energia: 563,37 Kcal / 2 354,89 KJ Fehérje 25,03 g Zsír 10,49 g Cukor 90,80 g Só 12,03 g	Energia: 672,08 Kcal / 2 809,29 KJ Fehérje 27,19 g Zsír 30,70 g Cukor 70,86 g Só 14,61 g	Energia: 411,16 Kcal / 1 718,65 KJ Fehérje 16,73 g Zsír 15,68 g Cukor 49,31 g Só 0,01 g	Energia: 513,40 Kcal / 2 146,01 KJ Fehérje 25,00 g Zsír 11,79 g Cukor 76,05 g Só 2,07 g
	1,3,9,10,(6),(7)	1,3,9	1,3,7,8,(12)	1,3,7	1,9,(3),(6),(7),(10),(11)
Uzsonna					
(00481) Gyermek (4-6 év)	Kockasajt, Rozsos kifli, Alma	Sajtkrém, Zsemle, Paradicsom 0%	Kenőmájás, Kigyóuborka, Tejles kiörlesű tönkölyös kenyér	Körözött túró, Zsemle, Zöldpaprika	Joghurt, Kifli, Oszibarack
	Energia: 338,07 Kcal / 1 413,13 KJ Fehérje 12,26 g Zsír 14,91 g Cukor 37,96 g Só 0,00 g	Energia: 195,82 Kcal / 818,53 KJ Fehérje 6,77 g Zsír 2,38 g Cukor 36,59 g Só 0,00 g	Energia: 187,70 Kcal / 784,59 KJ Fehérje 9,23 g Zsír 6,32 g Cukor 22,62 g Só 0,00 g	Energia: 277,49 Kcal / 1 159,91 KJ Fehérje 12,80 g Zsír 7,82 g Cukor 1,31 g Só 0,00 g	Energia: 280,04 Kcal / 1 170,57 KJ Fehérje 11,26 g Zsír 7,58 g Cukor 41,00 g Só 0,00 g
	1,3,7,(8),(11)	1,3,7,11	1,(6),(7),(10)	1,3,7,11	1,7