

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	<b>Kakaós csiga</b>	<b>Ivólé Tepertős pogácsa</b>	<b>Kókuszos alagút</b>	<b>Csokis croissant</b>	<b>Gyümölcs ital Sós pereg</b>
	energia: 298 Kcal szénhidrát: 56 g fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 5 g / 1,6 g cukor: 19 g só: 0,3 g	energia: 443 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 32 g / 11,8 g cukor: 0 g só: 0,2 g	energia: 178 Kcal szénhidrát: 26 g fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 6 g / 1,8 g cukor: 13 g só: 0,4 g	energia: 281 Kcal szénhidrát: 26 g fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 18 g / 5,6 g cukor: 9 g só: 0,5 g	energia: 408 Kcal szénhidrát: 71 g fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 9 g / 2 g cukor: 0 g só: 2,1 g
	Allergének: tojás; tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: tejtermék, laktóz	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: szezám; szója; kén-dioxid, szulfit	Allergének: tojás; tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: kén-dioxid, szulfit; szója	Allergének: tojás; glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz
<b>Ebéd</b>	<b>Zöldségleves Bolognai spagetti Narancs</b>	<b>Grízgombóc leves Grillezett csirkecomb Burgonya Krokett Csemegeuborka</b>	<b>Brokkoli leves Budapest szelet Párolt rizs Csalamádé</b>	<b>Paradicsomleves Fasírt Tökfőzelék Müzliszelet</b>	<b>Gyümölcsleves Gyros</b>
	energia: 902 Kcal szénhidrát: 109 g fehérje: 43 g zsír / telített zs.: 31 g / 8,6 g cukor: 0 g só: 4,1 g	energia: 918 Kcal szénhidrát: 86 g fehérje: 51 g zsír / telített zs.: 40 g / 7,2 g cukor: 0 g só: 8 g	energia: 866 Kcal szénhidrát: 89 g fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 44 g / 10,7 g cukor: 5 g só: 9,2 g	energia: 1227 Kcal szénhidrát: 85 g fehérje: 36 g zsír / telített zs.: 81 g / 23,9 g cukor: 0 g só: 5,5 g	energia: 1074 Kcal szénhidrát: 169 g fehérje: 33 g zsír / telített zs.: 28 g / 7,3 g cukor: 22 g só: 2,8 g
	Allergének: tojás; glutén; tejtermék, laktóz; zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; mustár; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: kén-dioxid, szulfit; mustár	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; zeller Feltételezhető:
<b>Uzsonna</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>
	energia: 339 Kcal szénhidrát: 36 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 16 g / 5,6 g cukor: 0 g só: 2,1 g	energia: 282 Kcal szénhidrát: 36 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 10 g / 4,3 g cukor: 1 g só: 2,1 g	energia: 336 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 16 g / 5,6 g cukor: 0 g só: 2,1 g	energia: 334 Kcal szénhidrát: 38 g fehérje: 17 g zsír / telített zs.: 13 g / 5,8 g cukor: 0 g só: 2,3 g	energia: 301 Kcal szénhidrát: 34 g fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 12 g / 4,2 g cukor: 0 g só: 1,8 g
	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén; tejtermék, laktóz	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: tojás; szója; mustár; glutén	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén; szója; mustár	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén; szója

Mezőtúr, 2020. 12. 09.

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Élelmezésvezető