

Hétfő 2019.04.01	Kedd 2019.04.02.	Szerda 2019.04.03.	Csütörtök 2019.04.04.	Péntek 2019.04.05.
<p>Tízórai</p> <p>zöldséges felvágott graham zsemle (Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 1 099(Kj) 263(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só: 1,26(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 28(mg)</p>	<p>méz margarin vaj ízu zsemlevekni (Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 1 873(Kj) 448(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 75(g) Zsir: 13(g)Cuk: 29(g)Só: 0,65(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 33(mg)</p>	<p>csirkemájpastétom (házi) (Zeller, Kén-dioxid, Tej.) uborka kornland kenyér (Glutén, Szezám, mag, Szójabab, Tojás, Tej, Diófélék.)</p> <p>E: 1 350(Kj) 323(KCal) F: 16(g)Kol: 215(g)Sz: 43(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só: 1,57(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 33(mg)</p>	<p>kuglóf (Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 919(Kj) 220(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 5(g)Cuk: 6(g)Só: 0,39(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 34(mg)</p>	<p>kapros túró (Tej.) sárgarépa reszelt zsemle vizes (Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 967(Kj) 231(KCal) F: 10(g)Kol: 16(g)Sz: 33(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só: 0,65(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 66(mg)</p>
<p>Ebéd</p> <p>marha gulyásleves (Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Kén-dioxid.) diós tészta (Glutén, Tojás, Diófélék.) körte fehér kenyér szeletelt (Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 3 104(Kj) 743(KCal) F: 26(g)Kol: 57(g)Sz: 110(g) Zsir: 20(g)Cuk: 14(g)Só: 2,09(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 81(mg)</p>	<p>spárgakrémleves (Tej, Glutén.) ananászos csirkecombfilé (Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár.) párolt rizs</p> <p>E: 2 602(Kj) 622(KCal) F: 35(g)Kol: 58(g)Sz: 75(g) Zsir: 19(g)Cuk: 12(g)Só: 2,83(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 147(mg)</p>	<p>tavaszi leves (Glutén, Tojás, Zeller, Tej, Mustár.) stefánia vagdalt (Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Diófélék, Szezám, mag.) burgonyafőzelék alma fehér kenyér szeletelt (Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár.)</p> <p>E: 2 576(Kj) 616(KCal) F: 21(g)Kol: 134(g)Sz: 66(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só: 4,65(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 76(mg)</p>	<p>fahéjas meggyleves (Glutén, Tej.) zöldborsós sertéstokány (Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár.) főtt tészta (Glutén, Tojás.)</p> <p>E: 2 704(Kj) 647(KCal) F: 22(g)Kol: 73(g)Sz: 86(g) Zsir: 22(g)Cuk: 26(g)Só: 2,25(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 53(mg)</p>	<p>tárkonyos harcsaragu leves (Tej, Zeller, Kén-dioxid.) lekváros derelye (Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezám, mag.) banán</p> <p>E: 3 630(Kj) 868(KCal) F: 30(g)Kol: 5(g)Sz: 137(g) Zsir: 19(g)Cuk: 10(g)Só: 2,22(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 342(mg)</p>
<p>Uzsonna</p> <p>füstölt sajt (Tej.) margarin joghurtos kaliforniai paprika fehér kenyér (Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 1 765(Kj) 422(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 51(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só: 2,19(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 240(mg)</p>	<p>főtt tojás (Tojás.) margarin multivitaminos kaliforniai paprika rozsos zsemle (Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 1 368(Kj) 327(KCal) F: 13(g)Kol: 250(g)Sz: 33(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só: 0,55(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 47(mg)</p>	<p>joghurt natúr (Tej.) szezám, magos fonott (Glutén, Tej, Szezám, mag, Tojás, Szójabab, Diófélék.)</p> <p>E: 787(Kj) 188(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 4(g)Cuk: 6(g)Só: 0,52(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 176(mg)</p>	<p>vajkrém zöldfűszeres (Tej.) hónaposretek tökmagos-sárgarépás kenyér (Glutén, Szójabab, Tojás, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 1 155(Kj) 276(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só: 1,26(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 32(mg)</p>	<p>füstölt csirkemellsonka margarin joghurtos rozsenyér (Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Szezám, mag.)</p> <p>E: 1 452(Kj) 347(KCal) F: 14(g)Kol: 18(g)Sz: 49(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só: 2,41(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 27(mg)</p>