

Dátum	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
2020.03.30 Hétfő	Tej, Minimargarin, Zsemle, Miniméz E: 367,90kcal, Zsír: 11,45g, Tel.zsír: 4,53g, Feh.: 11,58g, CH: 55,62g, Cuk: 0,00g, Só: 1,11g, Ca: 251,75mg	Csirkeragu leves, Levesbetét, Fusilli Arrabiata (nem csípős), Reszelt sajt, Gyümölcs E: 760,09kcal, Zsír: 24,88g, Tel.zsír: 5,41g, Feh.: 30,26g, CH: 102,22g, Cuk: 1,80g, Só: 1,92g, Ca: 267,67mg	Teljes kiérett kenyér, Csemege szalámi, Minimargarin E: 390,50kcal, Zsír: 15,94g, Tel.zsír: 5,10g, Feh.: 14,30g, CH: 46,99g, Cuk: 0,00g, Só: 1,04g, Ca: 34,79mg
	Allergének: Tej,Glutén	Allergének: Zeller,Glutén,Tej	Allergének: Glutén
2020.03.31 Kedd	Tea citromos, Teljes kiérett rozsos kenyér, Pikáns süttökrém E: 366,55kcal, Zsír: 3,65g, Tel.zsír: 0,16g, Feh.: 12,00g, CH: 71,23g, Cuk: 9,99g, Só: 1,55g, Ca: 78,00mg	Karottakrémléves, Pirított zsemlekočka, Petrezselymes sertés aprópecsenye, Főtt burgonya, Csemege uborka E: 692,18kcal, Zsír: 26,94g, Tel.zsír: 4,79g, Feh.: 30,46g, CH: 79,46g, Cuk: 3,60g, Só: 2,16g, Ca: 138,52mg	Zsemle, Minimargarin, Sajt szelet, Zöldség E: 346,25kcal, Zsír: 17,19g, Tel.zsír: 8,66g, Feh.: 16,30g, CH: 31,18g, Cuk: 0,00g, Só: 1,87g, Ca: 338,75mg
	Allergének: Glutén,Tej	Allergének: Glutén,Tej,Mustár	Allergének: Glutén,Tej
2020.04.01 Szerda	Tej, Zala felvágott, Minimargarin, Zsemle, Zöldség E: 416,05kcal, Zsír: 19,51g, Tel.zsír: 7,47g, Feh.: 18,26g, CH: 41,38g, Cuk: 0,00g, Só: 2,12g, Ca: 266,91mg	Lebbencsleves, Lucskos káposzta, Párolt csirkemellfilé, Gyümölcs E: 634,21kcal, Zsír: 18,74g, Tel.zsír: 2,83g, Feh.: 32,45g, CH: 82,57g, Cuk: 0,00g, Só: 1,61g, Ca: 98,05mg	Padlizsánkrém, Teljes kiérett kenyér E: 332,66kcal, Zsír: 10,31g, Tel.zsír: 1,10g, Feh.: 9,99g, CH: 49,59g, Cuk: 0,00g, Só: 0,45g, Ca: 37,36mg
	Allergének: Tej,Glutén	Allergének: Glutén,Zeller	Allergének: Glutén
2020.04.02 Csütörtök	Vadmeggy tea, Minimargarin, Zsemle, Gépsonka E: 322,39kcal, Zsír: 8,69g, Tel.zsír: 2,47g, Feh.: 13,80g, CH: 47,82g, Cuk: 7,99g, Só: 1,33g, Ca: 21,56mg	Csontleves, Levesbetét, Cukkinis sertés ragu, Párolt rizs E: 715,50kcal, Zsír: 21,89g, Tel.zsír: 1,48g, Feh.: 27,58g, CH: 98,37g, Cuk: 0,00g, Só: 1,48g, Ca: 91,83mg	Kenőmáj, Teljes kiérett rozsos kenyér, Zöldség E: 374,05kcal, Zsír: 12,40g, Tel.zsír: 5,16g, Feh.: 16,12g, CH: 49,01g, Cuk: 0,00g, Só: 2,08g, Ca: 40,99mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Zeller,Glutén	Allergének: Glutén
2020.04.03 Péntek	Tej, Teljes kiérett kenyér, Magyaros margarinkrém, Zöldség E: 441,07kcal, Zsír: 14,73g, Tel.zsír: 3,13g, Feh.: 16,70g, CH: 59,94g, Cuk: 0,00g, Só: 0,65g, Ca: 277,37mg	Zöldségleves, Levesbetét, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Savanyú káposzta E: 746,15kcal, Zsír: 25,44g, Tel.zsír: 4,37g, Feh.: 57,26g, CH: 71,04g, Cuk: 0,00g, Só: 2,28g, Ca: 152,20mg	Zsemle, Minimargarin, Soproni felvágott E: 186,50kcal, Zsír: 5,85g, Tel.zsír: 1,49g, Feh.: 4,72g, CH: 28,54g, Cuk: 0,00g, Só: 0,89g, Ca: 11,75mg
	Allergének: Tej,Glutén	Allergének: Zeller,Glutén	Allergének: Glutén