

	Hétfő 06.30	Kedd 07.01	Szerda 07.02	Csütörtök 07.03	Péntek 07.04
Tízórai	Limonádé EN: 27.3 kcal; SZH: 6.1 g; CK: 5.2 g; FH: 0.1 g; Brokkolikrém EN: 86.4 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 4.2 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.3 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.3 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Vaníliás tej (7;) EN: 117.8 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 16.3 g; CK: 14.8 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Limonádé EN: 27.3 kcal; SZH: 6.1 g; CK: 5.2 g; FH: 0.1 g; Tonhalkrém (4;10;) EN: 138.0 kcal; ZS: 13.1 g; TZS: 4.1 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.3 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; Cukkinikrém EN: 51.4 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 0.5 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.4 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.8 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Citromos tea EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Körözött (7;) EN: 54.0 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 2.2 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.8 g; FH: 4.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 32.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;
Ebéd	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN: 270.3 kcal; ZS: 16.7 g; TZS: 4.4 g; SZH: 15.0 g; CK: 1.1 g; FH: 12.9 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara (1;7;) EN: 298.4 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 3.1 g; SZH: 51.1 g; CK: 27.5 g; FH: 12.7 g; SÓ: 0.3 g; CA: 360.0 mg; Kakaó szórát EN: 122.3 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 27.4 g; CK: 27.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Zöldségleves (1;9;12;) EN: 52.0 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.1 g; SZH: 8.4 g; CK: 1.6 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.6 g; Sertéssült EN: 143.1 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 2.0 g; FH: 18.4 g; SÓ: 0.9 g; Fejtett babfőzelék (1;7;12;) EN: 305.6 kcal; ZS: 9.6 g; TZS: 2.6 g; SZH: 32.0 g; CK: 3.8 g; FH: 15.4 g; SÓ: 0.9 g; CA: 30.0 mg;	Paradicsomleves (1;9;) EN: 196.7 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.5 g; SZH: 33.4 g; CK: 13.3 g; FH: 4.6 g; SÓ: 0.9 g; Sült csirkecomb EN: 312.5 kcal; ZS: 21.4 g; TZS: 7.3 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 27.7 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Kukoricás bulgur (1;) EN: 319.6 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 0.6 g; SZH: 53.5 g; CK: 9.5 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.2 g; Csemege uborka * (10;12;) EN: 7.7 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.3 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.2 g;	Reszelttészta leves (1;9;12;) EN: 101.8 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 15.9 g; CK: 3.2 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.8 g; Csirkepörkölt EN: 143.3 kcal; ZS: 8.3 g; TZS: 1.6 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.0 g; FH: 14.0 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Tökfőzelék (1;7;12;) EN: 197.5 kcal; ZS: 10.7 g; TZS: 3.4 g; SZH: 21.7 g; CK: 4.4 g; FH: 3.3 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg;	Őszibarackkrémleves (1;7;) EN: 366.3 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 3.1 g; SZH: 76.4 g; CK: 37.1 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Zöldséges sertésrizseshús EN: 437.7 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 1.8 g; SZH: 68.2 g; CK: 0.0 g; FH: 23.2 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg;
Uzsonna	Baromfi párizsi EN: 60.9 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.8 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.3 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.6 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;	Zöldhagymás sajtkrém (7;) EN: 57.2 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 3.1 g; SZH: 2.0 g; CK: 2.0 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.6 g; CA: 206.8 mg; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; Jégcsapretek EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.5 g;	Házi zöldségkrém EN: 31.1 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 2.8 g; CK: 1.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.8 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	Mátrai csemege szalámi EN: 96.0 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.6 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Zöldfűszeres kockasajt (7;) EN: 41.6 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.6 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g; CA: 63.0 mg; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;