

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17
Tízórai	<p>Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g</p> <p>Gépsonka EN:35.1kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:1.0g CK:0.1g FH:4.8g SÓ:0.7g</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:158.6kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.6g FH:5.9g SÓ:0.8g</p> <p>Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p>Kakaó (7;) EN:122.6kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:16.3g CK:16.2g FH:6.2g SÓ:0.2g</p> <p>Briós (1;3;6;7;) EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g</p>	<p>Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g</p> <p>Sárgaborsókrém (7;) EN:106.5kcal ZS:6.2g TZS:3.8g SZH:8.6g CK:1.3g FH:3.8g SÓ:0.3g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:144.0kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:28.7g CK:0.1g FH:5.2g SÓ:0.8g</p> <p>Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g</p> <p>Füstölt sajt (7;) EN:142.0kcal ZS:10.8g TZS:7.0g SZH:0.8g CK:0.4g FH:10.4g SÓ:0.4g</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:144.0kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:28.7g CK:0.1g FH:5.2g SÓ:0.8g</p>	<p>Barackos tea EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p>Zala felvágott EN:72.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.7g</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g</p>
Ebéd	<p>Halgaluska leves (1;3;4;9;) EN:166.0kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:27.6g CK:3.8g FH:7.9g SÓ:0.1g</p> <p>Túrós derelye (1;3;7;) EN:653.3kcal ZS:12.3g TZS:2.6g SZH:115.2g CK:12.7g FH:23.8g SÓ:2.1g</p> <p>Porcukor szórat EN:164.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.0g CK:40.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Lebbencs leves (1;9;12;) EN:254.9kcal ZS:7.5g TZS:1.3g SZH:38.6g CK:1.8g FH:6.6g SÓ:1.3g</p> <p>Bulgur köret (1;) EN:294.0kcal ZS:3.0g TZS:0.1g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.0g</p> <p>Lecsós csirkeragu EN:155.5kcal ZS:3.7g TZS:1.3g SZH:8.6g CK:1.4g FH:18.2g SÓ:1.1g</p> <p>Tejszelet (1;3;6;7;) EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g</p>	<p>Csontleves tésztával (1;9;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:18.6g CK:3.5g FH:3.7g SÓ:2.6g</p> <p>Paraj mártás (1;7;) EN:145.0kcal ZS:2.8g TZS:1.2g SZH:23.3g CK:8.3g FH:6.0g SÓ:1.1g</p> <p>Főtt tojás (3;) EN:56.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g FH:4.8g</p> <p>Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:169.2kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:33.1g CK:0.0g FH:4.5g SÓ:0.0g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g</p>	<p>Tojásleves (1;3;) EN:151.2kcal ZS:10.8g TZS:2.7g SZH:2.9g CK:0.0g FH:10.0g SÓ:1.0g</p> <p>Hentes tokány (sertés) * (1;10;12;) EN:185.8kcal ZS:7.9g TZS:2.9g SZH:5.5g CK:0.6g FH:21.6g SÓ:1.7g</p> <p>Rizs köret EN:325.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:54.3g CK:0.0g FH:6.5g SÓ:0.0g</p> <p>Házi káposztasaláta (12;) EN:20.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:0.9g SÓ:1.7g</p>	<p>Tejfölös zöldbabeleves (1;3;7;) EN:118.1kcal ZS:7.2g TZS:1.5g SZH:10.2g CK:1.4g FH:2.4g SÓ:1.2g</p> <p>Milánói ragu EN:236.9kcal ZS:13.3g TZS:2.3g SZH:6.8g CK:5.0g FH:16.3g SÓ:0.6g</p> <p>Főtt tészta (1;) EN:290.3kcal ZS:7.7g TZS:1.0g SZH:46.8g CK:2.3g FH:7.9g SÓ:0.0g</p> <p>Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p> <p>Reszelt sajt (1;7;) EN:144.9kcal ZS:10.4g TZS:6.5g SZH:2.2g CK:0.1g FH:10.5g SÓ:0.6g</p>
Uzsonna	<p>Reszelt sajt (1;7;) EN:111.2kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:2.2g CK:0.1g FH:7.9g SÓ:0.4g</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g</p>	<p>Sertés húskrém (házi) EN:58.4kcal ZS:4.5g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:4.1g SÓ:0.1g</p> <p>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g</p> <p>Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Paprikás csemege szalámi EN:97.8kcal ZS:8.9g TZS:3.1g SZH:0.5g CK:0.0g FH:4.2g SÓ:0.7g</p> <p>Natúr sajtkrém (7;) EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g</p> <p>korpás zsemle (1;6;) EN:141.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:26.9g CK:1.0g FH:4.8g SÓ:0.6g</p> <p>Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p>Kenőmájás (sertés) EN:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.7g</p> <p>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g</p> <p>Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Kakaós csiga (1;3;6;13;) EN:199.4kcal ZS:8.6g TZS:4.0g SZH:31.5g CK:11.5g FH:3.8g SÓ:0.2g</p> <p>Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>