

	Hétfő 04.27	Kedd 04.28	Szerda 04.29	Csütörtök 04.30	Péntek 05.01
Tízórai	Vaníliás tej (7;) EN: 178.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.8 g; SZH: 31.2 g; CK: 31.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; Briós (1;3;6;7;) EN: 163.8 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 1.5 g; SZH: 28.4 g; CK: 4.7 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg;	Gyümölcs tea EN: 32.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Álomsonka EN: 29.6 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.1 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g; Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Rozskenyér (teljes kiőrlésű) (1;) EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	Citromos tea EN: 32.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Csicscriborsókrém (7;) EN: 69.2 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.6 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.4 g; CA: 15.0 mg; Burgonyás kenyér (1;) EN: 159.6 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 24.5 g; CK: 0.3 g; FH: 7.5 g; SÓ: 0.7 g; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Gyümölcs tea EN: 32.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Edámi sajt (7;) EN: 126.4 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 6.4 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.8 g; FH: 10.4 g; SÓ: 0.3 g; CA: 320.0 mg; Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 199.8 kcal; ZS: 1.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 39.0 g; CK: 0.0 g; FH: 7.2 g; SÓ: 1.0 g;	
Ebéd	Sertésragu leves (1;7;9;) EN: 148.6 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 2.8 g; SZH: 8.3 g; CK: 1.4 g; FH: 10.6 g; SÓ: 0.4 g; CA: 14.4 mg; Gránátos kocka (1;12;) EN: 340.6 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 0.6 g; SZH: 62.2 g; CK: 2.1 g; FH: 9.9 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Csemege uborka * (10;12;) Alma EN: 24.5 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.9 g; CK: 2.8 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Húsleves csigatésztaival (1;9;) EN: 166.1 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 1.3 g; SZH: 21.9 g; CK: 2.2 g; FH: 8.2 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Fűszeres csirkemell EN: 132.8 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 17.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; Paradicsomos káposztafőzelék (1;9;) EN: 271.6 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 0.6 g; SZH: 47.5 g; CK: 20.6 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 132.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 25.8 g; CK: 0.5 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg;	Meggyleves (7;) EN: 153.0 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 2.5 g; SZH: 26.2 g; CK: 21.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.1 g; CA: 16.9 mg; Panírozott csirkemell (1;) EN: 195.0 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 0.8 g; SZH: 20.0 g; CK: 0.8 g; FH: 13.0 g; SÓ: 1.6 g; Párolt rizsköret EN: 283.7 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 54.3 g; CK: 0.0 g; FH: 6.5 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Cékla EN: 25.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.0 g; CK: 4.2 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;	Tojásleves (1;3;9;) EN: 84.6 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 0.9 g; SZH: 5.2 g; CK: 0.0 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg; Sertésragu (1;3;) EN: 168.1 kcal; ZS: 5.2 g; TZS: 1.3 g; SZH: 15.2 g; CK: 0.4 g; FH: 13.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Zöldbabfőzelék (1;7;) EN: 219.1 kcal; ZS: 13.0 g; TZS: 4.2 g; SZH: 16.7 g; CK: 7.0 g; FH: 6.5 g; SÓ: 0.1 g; CA: 30.0 mg; Félbarna kenyér (1;) EN: 132.9 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 25.9 g; CK: 0.5 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg;	
Uzsonna	Baromfi párizsi EN: 47.4 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 1.1 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.1 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.6 g; Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 199.8 kcal; ZS: 1.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 39.0 g; CK: 0.0 g; FH: 7.2 g; SÓ: 1.0 g;	Vajkrém (7;) EN: 34.8 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 5.0 mg; Korpás kifli (1;7;) EN: 148.5 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 28.0 g; CK: 1.1 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.7 g; Paradicsom EN: 6.9 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Kockasajt (7;) EN: 41.6 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.7 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.3 g; CA: 63.0 mg; Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN: 153.7 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.2 g; CK: 0.7 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	Sajtos rúd (1;3;6;7;) EN: 208.5 kcal; ZS: 10.5 g; TZS: 5.5 g; SZH: 22.5 g; CK: 0.9 g; FH: 4.8 g; SÓ: 1.4 g; CA: 37.5 mg;	