

	Hétfő 04.27	Kedd 04.28	Szerda 04.29	Csütörtök 04.30	Péntek 05.01
Tízórai	Tejeskávé (1;7;) EN:129.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:18.2g CK:16.7g FH:6.2g SÓ:0.2g 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	Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tojáskrém (3;7;) EN:62.8kcal ZS:5.4g TZS:2.6g SZH:0.3g CK:0.3g FH:3.1g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Mozzarella (7;) EN:109.6kcal ZS:7.2g TZS:4.7g SZH:0.4g CK:0.4g FH:10.8g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Hideg tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Barackos túrókrém (7;) EN:56.7kcal ZS:3.0g TZS:2.3g SZH:3.0g CK:2.9g FH:4.3g SÓ:0.0g Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g	Citromos tea EN:24.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.0g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Zala felvágott EN:48.0kcal ZS:4.0g TZS:1.6g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.6g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
Ebéd	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:172.2kcal ZS:2.8g TZS:2.2g SZH:33.0g CK:26.0g FH:2.4g SÓ:0.0g Rántott halrúd (1;4;) EN:351.8kcal ZS:25.8g TZS:2.7g SZH:18.2g CK:0.6g FH:10.6g SÓ:0.5g Petrezselymes burgonya (12;) EN:255.8kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:1.7g Savanyúság * (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g	Magyaros zöldbableves (1;9;) EN:98.5kcal ZS:2.7g TZS:0.3g SZH:13.8g CK:3.0g FH:3.2g SÓ:0.9g Sertéspörkölt (1;) EN:200.3kcal ZS:13.0g TZS:2.4g SZH:4.1g CK:0.4g FH:14.9g SÓ:1.4g Majorannás burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:233.2kcal ZS:2.6g TZS:1.4g SZH:42.2g CK:2.6g FH:5.9g SÓ:0.6g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Karfiolleves (1;9;) EN:118.7kcal ZS:6.4g TZS:0.7g SZH:11.1g CK:1.5g FH:3.3g SÓ:0.7g Milánói ragu EN:308.8kcal ZS:23.6g TZS:6.3g SZH:7.6g CK:5.0g FH:11.2g SÓ:1.0g Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.0g Reszelt sajt (7;) EN:44.5kcal ZS:3.2g TZS:2.1g SZH:0.2g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:0.3g Gyümölcs EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Sajtgaleuska (1;3;7;) EN:148.2kcal ZS:5.8g TZS:2.5g SZH:17.0g CK:2.4g FH:6.6g SÓ:2.3g Mexikói ragu (1;) EN:179.7kcal ZS:8.5g TZS:1.7g SZH:10.7g CK:1.4g FH:14.5g SÓ:1.9g Párolt bulgur (1;) EN:406.7kcal ZS:7.6g TZS:0.6g SZH:70.8g CK:10.0g FH:13.1g SÓ:0.9g	Legényfogóleves (1;7;9;12;) EN:278.1kcal ZS:13.9g TZS:5.2g SZH:22.4g CK:1.3g FH:12.2g SÓ:0.6g túrós gombóc (1;7;) EN:796.1kcal ZS:31.7g TZS:4.5g SZH:110.6g CK:50.3g FH:16.4g SÓ:2.7g Porcukor szórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
Uzsonna	Baromfi párizsi EN:60.9kcal ZS:5.1g TZS:1.8g SZH:0.5g CK:0.3g FH:3.3g SÓ:0.6g Vaj (7;) EN:75.3kcal ZS:8.3g TZS:5.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Sárgabaracklekvár EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Csiceriborsókrém (7;) EN:74.4kcal ZS:7.3g TZS:4.6g SZH:1.2g CK:0.7g FH:0.9g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Trappista sajt (7;) EN:118.8kcal ZS:8.6g TZS:5.6g SZH:0.6g CK:0.0g FH:10.0g SÓ:0.8g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Sajtos rúd (1;3;6;7;) EN:208.5kcal ZS:10.5g TZS:5.5g SZH:22.5g CK:0.9g FH:4.8g SÓ:1.4g