

| | Hétfő 05.04 | Kedd 05.05 | Szerda 05.06 | Csütörtök 05.07 | Péntek 05.08 |
|----------------|--|--|--|---|--|
| Tízórai | Citromos tea EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Házi csirkemájkrém (7;) EN:53.9kcal ZS:3.7g TZS:2.2g SZH:1.6g CK:1.3g FH:3.2g SÓ:1.9g Teljeskiórlésű rozsos kenyér (1;) EN:183.4kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:35.7g CK:1.2g FH:5.8g SÓ:1.0g | Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Dejós búrkifli (1;7;) EN:159.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:27.0g CK:4.3g FH:4.9g SÓ:0.3g | Vaníliás tej (7;) EN:132.9kcal ZS:3.8g TZS:2.3g SZH:16.5g CK:16.5g FH:7.5g SÓ:0.3g Szendvicssonka EN:26.1kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:0.8g FH:4.5g SÓ:0.4g Margarin (7;) EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SÓ:0.1g Teljeskiórlésű kenyér (1;) EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g | Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Áfonya extradzsem EN:50.8kcal SZH:12.0g CK:10.4g Margarin (7;) EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g | Málna tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tojáskrém (3;7;) EN:82.7kcal ZS:7.2g TZS:4.0g SZH:0.7g CK:0.6g FH:2.4g SÓ:0.2g Kukoricás kenyér (1;) EN:191.8kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:39.9g CK:0.8g FH:5.5g SÓ:1.0g TV paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g |
| Ebéd | Frankfurtileves (1;7;12;) EN:280.7kcal ZS:20.7g TZS:5.2g SZH:16.3g CK:0.4g FH:6.2g SÓ:1.9g Tejben dara (1;7;) EN:211.5kcal ZS:2.8g TZS:1.6g SZH:38.6g CK:23.3g FH:7.1g SÓ:0.6g Kakaó szórat EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g Teljes kiórlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g Banán EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g | Fokhagyma krémleves (1;7;) EN:116.7kcal ZS:5.5g TZS:1.9g SZH:13.0g CK:0.5g FH:3.3g SÓ:1.2g Napraforgómag EN:118.0kcal ZS:9.5g TZS:1.4g SZH:3.5g CK:0.0g FH:3.7g SÓ:0.0g Fűszeres sertésfalatok EN:318.1kcal ZS:26.5g TZS:7.7g SZH:1.5g CK:0.0g FH:18.3g SÓ:1.2g Rizs köret 1/2 EN:257.3kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:46.5g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:1.5g Párolt zöldségköret 1/2 EN:82.6kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:8.4g CK:4.2g FH:4.0g SÓ:0.8g | Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:154.7kcal ZS:3.8g TZS:2.4g SZH:26.4g CK:20.7g FH:2.3g SÓ:0.0g Parajos halas penne (1;4;) EN:409.2kcal ZS:7.3g TZS:1.2g SZH:57.9g CK:2.5g FH:20.9g SÓ:1.4g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g | Kertészleves (1;) EN:140.2kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:10.8g CK:1.8g FH:2.6g SÓ:3.0g Sertéspörkölt (1;) EN:234.4kcal ZS:13.6g TZS:2.6g SZH:8.8g CK:0.2g FH:17.7g SÓ:1.7g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:276.4kcal ZS:6.0g TZS:2.7g SZH:44.7g CK:0.4g FH:6.6g SÓ:2.5g Teljes kiórlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g | Lencseleves (1;7;10;) EN:189.4kcal ZS:5.3g TZS:2.1g SZH:23.1g CK:2.5g FH:9.0g SÓ:1.0g Mézes-mustáros csirkemell ragu (7;10;) EN:144.4kcal ZS:4.3g TZS:2.1g SZH:10.7g CK:10.6g FH:15.5g SÓ:1.1g Kuszkus (1;) EN:479.7kcal ZS:2.6g TZS:0.5g SZH:94.8g CK:3.9g FH:17.2g SÓ:1.2g |
| Uzsonna | Szendvicstúró (7;) EN:67.2kcal ZS:4.4g TZS:2.7g SZH:1.0g CK:0.9g FH:5.2g SÓ:0.2g 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 Lilahagyma EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.5g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g | Pulyka sonka (6;7;) EN:30.3kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:1.1g CK:0.2g FH:3.5g SÓ:0.8g Margarin (7;) EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SÓ:0.1g Teljeskiórlésű zsemle (1;) EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.7g Kígyóúborborka EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g | Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:86.4kcal ZS:8.0g TZS:5.2g SZH:1.6g CK:1.0g FH:2.0g SÓ:0.4g Margarin (7;) EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g Paradicsom EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g | Gouda sajt (3;7;) EN:137.2kcal ZS:10.4g TZS:7.1g SZH:0.8g CK:0.8g FH:11.2g SÓ:0.8g Teljeskiórlésű stangli (1;) EN:126.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.6g Hónapos retek EN:1.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g | Teljes kiórlésű Kakaós csiga (1;3;7;) EN:219.5kcal ZS:10.0g TZS:6.2g SZH:27.5g CK:11.3g FH:3.5g SÓ:0.3g |