

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
<b>Tízórai</b>	<b>Erdei gyümölcs tea</b> EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Natúr sajtkrém (7;)</b> EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g <b>fehér kenyér (1;)</b> EN:144.0kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:28.7g CK:0.1g FH:5.2g SÓ:0.8g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Házi tojáskrém (3;7;10;)</b> EN:41.4kcal ZS:2.0g TZS:1.0g SZH:4.1g CK:1.5g FH:1.7g SÓ:0.9g <b>fehér kenyér (1;)</b> EN:144.0kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:28.7g CK:0.1g FH:5.2g SÓ:0.8g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:122.6kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:16.3g CK:16.2g FH:6.2g SÓ:0.2g <b>Foszlós kalács (1;3;6;7;13;)</b> EN:178.5kcal ZS:4.5g TZS:1.8g SZH:31.2g CK:5.1g FH:5.0g SÓ:0.4g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Füstölt sajt (7;)</b> EN:142.0kcal ZS:10.8g TZS:7.0g SZH:0.8g CK:0.4g FH:10.4g SÓ:0.4g <b>Margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g <b>Kaliforniai paprika</b> EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Karamellás tej (7;)</b> EN:106.4kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:13.2g CK:13.2g FH:6.0g SÓ:0.2g <b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Paprika</b> EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
<b>Ebéd</b>	<b>Palócleves (sertés) (1;7;12;)</b> EN:200.9kcal ZS:13.7g TZS:4.7g SZH:9.3g CK:1.0g FH:9.2g SÓ:0.7g <b>Morzás nudli (1;3;)</b> EN:431.5kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:62.9g CK:0.6g FH:10.5g SÓ:1.7g <b>Barack lekvár</b> EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:158.6kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.6g FH:5.9g SÓ:0.8g	<b>Csontleves tésztával (1;9;)</b> EN:85.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.5g CK:3.1g FH:3.3g SÓ:2.3g <b>Sárgaborsó főzelék (1;)</b> EN:284.9kcal ZS:5.3g TZS:0.5g SZH:41.8g CK:3.6g FH:16.1g SÓ:0.0g <b>Csirkepörkölt (12;)</b> EN:159.5kcal ZS:9.0g TZS:2.0g SZH:2.0g CK:0.0g FH:17.0g SÓ:1.1g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g	<b>Brokkoli krémleves (1;7;)</b> EN:157.5kcal ZS:4.3g TZS:3.0g SZH:23.2g CK:1.1g FH:6.1g SÓ:1.1g <b>Pirított napraforgómag</b> EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.0g <b>Milánói spagetti sertés (1;)</b> EN:403.1kcal ZS:11.8g TZS:3.3g SZH:53.8g CK:8.7g FH:19.7g SÓ:2.7g <b>Reszelt sajt (1;7;)</b> EN:111.2kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:2.2g CK:0.1g FH:7.9g SÓ:0.4g	<b>Paradicsomos káposzta sertés hússal (1;)</b> EN:211.3kcal ZS:7.5g TZS:1.6g SZH:18.9g CK:7.4g FH:15.9g SÓ:0.5g <b>Mákos búrkifli (1;7;)</b> EN:232.0kcal ZS:10.1g TZS:4.3g SZH:24.1g CK:11.3g FH:4.0g SÓ:0.2g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Alma</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Tojásleves (1;3;)</b> EN:90.2kcal ZS:6.5g TZS:1.5g SZH:2.5g CK:0.0g FH:5.2g SÓ:0.9g <b>Panírozott dínófigura (1;3;6;7;9;10;)</b> EN:182.5kcal ZS:11.2g TZS:1.9g SZH:13.8g CK:0.5g FH:5.7g SÓ:0.8g <b>Kukoricás rizs</b> EN:315.3kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:58.8g CK:2.5g FH:7.2g SÓ:1.2g <b>Csemege uborka * (10;12;)</b> EN:6.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.1g CK:0.2g FH:0.5g SÓ:1.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Gépsonka</b> EN:35.1kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:1.0g CK:0.1g FH:4.8g SÓ:0.7g <b>Margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g <b>Császár zsemle (1;6;)</b> EN:152.7kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.6g <b>Paprika</b> EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Csirkeemell sonka</b> EN:27.0kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:1.5g CK:0.2g FH:4.8g SÓ:0.8g <b>Margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g <b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g <b>Kígyóuborka</b> EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Marha párizsi</b> EN:71.7kcal ZS:6.3g TZS:2.5g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.6g <b>Margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g <b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g <b>Paradicsom</b> EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Kefír (7;)</b> EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g <b>Kifli (1;7;)</b> EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g	<b>Pizzás csiga (1;6;7;)</b> EN:196.1kcal ZS:9.0g TZS:0.7g SZH:24.3g CK:1.8g FH:3.6g SÓ:0.2g <b>Banán</b> EN:105.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:24.2g CK:15.0g FH:1.3g SÓ:0.0g