

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
<b>Tízórai</b>	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <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 FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:118.3kcal ZS:3.4g TZS:2.1g SZH:14.5g CK:14.2g FH:6.4g SÓ:0.2g <b>Foszlós kalács (1;3;6;7;)</b> EN:148.8kcal ZS:3.7g TZS:1.5g SZH:26.0g CK:4.2g FH:4.2g SÓ:0.3g	<b>Citromos tea</b> EN:24.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.0g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Tojáskrém (3;7;)</b> EN:62.8kcal ZS:5.4g TZS:2.6g SZH:0.3g CK:0.3g FH:3.1g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g <b>Zöldség</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Tej (7;)</b> EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g <b>Trappista sajt (7;)</b> EN:118.8kcal ZS:8.6g TZS:5.6g SZH:0.6g CK:0.0g FH:10.0g SÓ:0.8g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	<b>Tej (7;)</b> EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g <b>Szendvicsskrém (7;)</b> EN:87.6kcal ZS:9.0g TZS:5.7g SZH:0.9g CK:0.8g FH:0.8g SÓ:0.3g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g
<b>Ebéd</b>	<b>Brokkolileves (1;9;)</b> EN:119.5kcal ZS:4.5g TZS:0.5g SZH:18.0g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:1.6g <b>Páztortbulgur (1;12;)</b> EN:804.8kcal ZS:41.0g TZS:12.9g SZH:82.8g CK:10.4g FH:24.4g SÓ:2.6g <b>Savanyúság * (10;)</b> EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g	<b>Palócleves (1;7;9;)</b> EN:177.5kcal ZS:11.4g TZS:4.6g SZH:9.2g CK:2.5g FH:8.5g SÓ:1.0g <b>Piskóta kocka (1;3;)</b> EN:200.2kcal ZS:2.6g TZS:0.1g SZH:37.4g CK:16.3g FH:3.2g SÓ:0.3g <b>Csokiöntet (7;)</b> EN:129.4kcal ZS:2.2g TZS:1.3g SZH:22.6g CK:14.8g FH:4.2g SÓ:0.2g <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Fokhagymakrémléves (1;7;)</b> EN:181.9kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:23.4g CK:0.7g FH:7.3g SÓ:1.0g <b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b> EN:25.0kcal ZS:1.4g TZS:0.7g SZH:2.7g CK:0.3g FH:0.4g SÓ:0.0g <b>Rántott csirkemell (1;3;)</b> EN:466.8kcal ZS:30.4g TZS:3.9g SZH:27.8g CK:0.3g FH:19.1g SÓ:1.7g <b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:255.8kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:1.7g <b>Csikimártás * (3;7;10;)</b> EN:106.8kcal ZS:8.7g TZS:1.6g SZH:6.3g CK:3.6g FH:1.0g SÓ:0.7g	<b>Reszelt téstaleves (1;)</b> EN:124.3kcal ZS:6.7g TZS:0.7g SZH:13.4g CK:2.8g FH:2.4g SÓ:0.9g <b>Sertés aprópecsenye (1;)</b> EN:243.5kcal ZS:12.1g TZS:2.7g SZH:2.1g CK:0.0g FH:29.5g SÓ:1.5g <b>Paradicsomos káposztafőzelék (1;)</b> EN:131.9kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:21.1g CK:5.3g FH:4.7g SÓ:0.3g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g	<b>Csontleves (9;)</b> EN:209.6kcal ZS:14.7g TZS:3.5g SZH:5.6g CK:2.4g FH:12.0g SÓ:1.1g <b>Cérnametelt (1;)</b> EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:0.1g <b>Főtt virsli</b> EN:164.4kcal ZS:15.0g TZS:4.6g FH:7.8g SÓ:1.3g <b>Sárgaborsófőzelék (1;)</b> EN:345.3kcal ZS:10.5g TZS:1.7g SZH:44.3g CK:4.1g FH:16.6g SÓ:1.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g <b>Menüsüti (1;3;5;6;7;8;)</b> EN:103.0kcal ZS:3.6g TZS:1.6g SZH:15.7g CK:9.5g FH:1.6g
<b>Uzsonna</b>	<b>Sajtkrém (7;)</b> EN:35.8kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:1.3g CK:1.3g FH:0.9g SÓ:0.4g <b>Zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g <b>Zöldség</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:64.8kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.2g CK:0.8g FH:1.5g SÓ:0.3g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g <b>Kígyóuborka</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Marha párizsi</b> EN:72.0kcal ZS:6.3g TZS:2.5g SZH:0.5g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.5g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:132.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:25.9g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.7g	<b>Magvas húskrém</b> EN:48.7kcal ZS:4.6g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:1.7g SÓ:0.2g <b>Zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g 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>Pizzás csiga (1;3;6;7;13;)</b> EN:196.1kcal ZS:9.0g TZS:0.7g SZH:24.3g CK:1.8g FH:3.6g SÓ:0.2g <b>Alma</b> EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g