

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
Tízórai	Gyümölcs tea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Gépsonka EN:23.4kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.2g SÓ:0.5g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Kakaó (7;) EN:118.3kcal ZS:3.4g TZS:2.1g SZH:14.5g CK:14.2g FH:6.4g SÓ:0.2g Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:119.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:20.8g CK:3.4g FH:3.3g SÓ:0.2g	Citromos tea 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:55.5kcal ZS:4.6g TZS:2.1g SZH:0.2g CK:0.2g FH:3.1g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g Zöldség EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Trappista sajt (7;) EN:89.1kcal ZS:6.5g TZS:4.2g SZH:0.5g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Szendvicsskrém (7;) EN:58.4kcal ZS:6.0g TZS:3.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.5g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g
Ebéd	Rizsleves (9;) EN:25.7kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.1g CK:2.0g FH:0.9g SÓ:0.1g Szárnyasragu (1;) EN:228.3kcal ZS:15.8g TZS:2.4g SZH:5.7g CK:0.1g FH:15.2g SÓ:1.2g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:111.7kcal ZS:4.8g TZS:2.1g SZH:11.7g CK:3.3g FH:4.3g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g	Lenecsegulyás (9;12;) EN:344.6kcal ZS:8.0g TZS:1.3g SZH:40.0g CK:2.3g FH:21.5g SÓ:1.3g Túrós tészta (1;7;) EN:385.8kcal ZS:17.4g TZS:7.4g SZH:40.3g CK:4.4g FH:14.7g SÓ:1.1g Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Pírtott tésztaleves (1;9;12;) EN:130.7kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:15.4g CK:0.8g FH:2.6g SÓ:0.8g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g Parajmártás (1;7;) EN:57.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:6.3g CK:1.0g FH:2.6g SÓ:0.1g Főtt burgonya (12;) EN:130.9kcal ZS:2.2g TZS:0.2g SZH:22.1g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:1.5g Menüsüti (1;3;5;6;7;8;) EN:103.0kcal ZS:3.6g TZS:1.6g SZH:15.7g CK:9.5g FH:1.6g	Gyümölcsleves (1;7;) EN:177.3kcal ZS:2.2g TZS:1.4g SZH:36.3g CK:27.9g FH:1.6g SÓ:0.4g Rántott szelet (1;3;) EN:337.2kcal ZS:20.4g TZS:3.8g SZH:20.8g CK:0.7g FH:17.0g SÓ:1.3g Pritaminos rizs EN:431.6kcal ZS:6.0g TZS:0.7g SZH:84.4g CK:3.8g FH:10.5g SÓ:0.7g Savanyúság * (10;) EN:11.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:0.4g	Daraguskaleves (1;3;9;) EN:104.6kcal ZS:3.8g TZS:0.6g SZH:14.1g CK:2.5g FH:2.9g SÓ:1.5g Húsgombóc szárnyashúsból EN:123.7kcal ZS:2.1g TZS:0.6g SZH:15.7g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.8g Paradicsommártás (1;9;) EN:118.1kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:25.3g CK:13.9g FH:2.4g SÓ:0.8g Főtt burgonya (12;) EN:130.9kcal ZS:2.2g TZS:0.2g SZH:22.1g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:1.5g
Uzsonna	Sajtkrém (7;) EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g Zöldség EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Kígyóborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Marha párizsi EN:48.0kcal ZS:4.2g TZS:1.7g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.2g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g	Magvas húskrém EN:38.4kcal ZS:3.3g TZS:1.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:2.1g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Pizzás csiga (1;3;6;7;13;) EN:196.1kcal ZS:9.0g TZS:0.7g SZH:24.3g CK:1.8g FH:3.6g SÓ:0.2g Alma EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g