

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
Tízórai	<p>Gépsonka EN:41.0kcal ZS:1.6g TZS:0.6g SZH:1.1g CK:0.1g FH:5.6g SÓ:0.8g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p>	<p>Tej (7;) EN:100.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.1g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:208.3kcal ZS:5.2g TZS:2.1g SZH:36.4g CK:5.9g FH:5.8g SÓ:0.4g</p>	<p>Almás batyu (1;3;6;7;) EN:279.6kcal ZS:5.7g TZS:2.2g SZH:52.7g CK:20.6g FH:5.7g SÓ:0.3g</p>	<p>Tej (7;) EN:100.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.1g</p> <p>Tavaszi felvágott EN:97.0kcal ZS:8.4g TZS:3.5g SZH:1.2g CK:0.2g FH:4.2g SÓ:0.8g</p> <p>Tea vaj (7;) EN:108.4kcal ZS:12.0g TZS:7.8g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p> <p>Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Főtt tojás (3;) EN:28.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g FH:2.4g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g</p> <p>Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>
Ebéd	<p>Legényfogyó leves csirkehúsból (1;7;9;) EN:295.2kcal ZS:16.6g TZS:4.5g SZH:18.7g CK:1.1g FH:16.3g SÓ:1.6g</p> <p>Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g</p> <p>Tészta köret (1;) EN:475.1kcal ZS:15.0g TZS:1.9g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.2g</p> <p>Mákszórat EN:195.3kcal ZS:6.7g TZS:0.9g SZH:29.2g CK:25.5g FH:3.7g SÓ:0.0g</p> <p>Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12;) EN:203.3kcal ZS:12.8g TZS:2.5g SZH:18.2g CK:0.7g FH:3.4g SÓ:0.9g</p> <p>Vagdalt pogácsa - sertés (1;3;6;8;11;12;) EN:397.3kcal ZS:36.9g TZS:6.4g SZH:3.3g CK:0.0g FH:12.1g SÓ:1.0g</p> <p>Zöldborsófézelék (1;7;) EN:459.2kcal ZS:23.2g TZS:4.7g SZH:49.1g CK:23.3g FH:10.9g SÓ:0.9g</p> <p>Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g</p>	<p>Sárgaborsó krémleves (1;) EN:210.0kcal ZS:8.7g TZS:1.8g SZH:22.3g CK:0.0g FH:8.7g SÓ:1.2g</p> <p>Halpaprikás (1;4;7;) EN:233.7kcal ZS:17.7g TZS:4.2g SZH:3.9g CK:0.5g FH:13.2g SÓ:1.4g</p> <p>Kuskusz (1;) EN:462.2kcal ZS:24.2g TZS:6.0g SZH:51.0g CK:2.1g FH:9.2g SÓ:0.9g</p>	<p>Csurgatott tojásleves (1;3;) EN:115.4kcal ZS:8.1g TZS:1.2g SZH:7.6g CK:0.0g FH:2.9g SÓ:0.9g</p> <p>Cornflakes-es csirkeemell csíkok (1;) EN:204.4kcal ZS:11.4g TZS:1.4g SZH:16.1g CK:0.6g FH:9.1g SÓ:1.1g</p> <p>Sárgarépás rizs EN:262.8kcal ZS:7.3g TZS:0.8g SZH:44.3g CK:0.0g FH:5.4g SÓ:0.8g</p> <p>Cékla saláta- saját EN:91.6kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:17.1g FH:1.3g SÓ:1.0g</p>	<p>Orjaleves (9;) EN:47.8kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:5.7g CK:2.1g FH:2.7g SÓ:1.5g</p> <p>Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g</p> <p>Sertéssült apró (1;) EN:326.7kcal ZS:19.3g TZS:4.7g SZH:4.9g CK:0.0g FH:31.4g SÓ:0.7g</p> <p>Vegyes gyümölcsmártás (1;7;) EN:182.7kcal ZS:4.2g TZS:2.6g SZH:33.3g CK:24.7g FH:1.5g SÓ:0.6g</p> <p>Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:18.4g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:2.0g</p>
Uzsonna	<p>Sajtkrém natúr (7;) EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g</p> <p>Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g</p> <p>Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p>Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7;) EN:78.1kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:5.2g SÓ:0.3g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p> <p>Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g</p> <p>Citromos tea (12;) EN:51.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.5g CK:12.1g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Trappista sajt (7;) EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:10.2g SÓ:0.6g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p> <p>Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p>Gyümölcs joghurt (7;) EN:77.5kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:10.5g CK:10.3g FH:4.3g SÓ:0.1g</p> <p>Kifli (1;7;) EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g</p>	<p>Kockasajt 2 db (7;) EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g</p> <p>Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g</p> <p>Nektarin EN:490.0kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:114.0g CK:79.0g FH:4.0g SÓ:0.0g</p>