

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
<b>Tízórai</b>	<b>Szerencse szelet (6;10;)</b> EN:53.6kcal ZS:3.5g TZS:1.4g SZH:0.9g CK:0.1g FH:4.6g SÓ:0.7g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	<b>Tea vaj (7;)</b> EN:108.4kcal ZS:12.0g TZS:7.8g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g <b>Fatörzs stangli (1;3;7;)</b> EN:244.1kcal ZS:4.8g TZS:4.1g SZH:44.9g CK:11.5g FH:6.4g SÓ:0.4g	<b>Sajtos baromfipárizsi (7;)</b> EN:64.4kcal ZS:5.5g TZS:1.8g SZH:0.3g CK:0.2g FH:4.7g SÓ:0.7g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	<b>Méz</b> EN:30.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.2g CK:8.2g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g	<b>Trappista sajt (7;)</b> EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:10.2g SÓ:0.6g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <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>Gulyásleves sertéshússal (9;12;)</b> EN:264.7kcal ZS:13.2g TZS:2.3g SZH:17.1g CK:0.0g FH:16.6g SÓ:1.2g <b>Tejbedara (1;7;)</b>  EN:434.8kcal ZS:10.4g TZS:6.0g SZH:70.1g CK:40.0g FH:10.3g SÓ:0.6g <b>Fahéjszórat</b> EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Alma</b> EN:21.7kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Fehér kenyér -1/2 adag (1;)</b> EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g	<b>Reszeltészta leves (1;9;12;)</b> EN:111.3kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:14.2g CK:0.5g FH:2.7g SÓ:1.0g <b>Natúr sertésszelet (1;)</b>  EN:182.0kcal ZS:11.1g TZS:3.0g SZH:2.5g CK:0.0g FH:17.1g SÓ:0.4g <b>Kapormártás (1;7;)</b> EN:187.0kcal ZS:11.2g TZS:4.3g SZH:18.1g CK:9.9g FH:2.1g SÓ:1.8g <b>Burgonya féladag (12;)</b> EN:282.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:55.2g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:2.0g	<b>Brokkoli krémleves (1;7;)</b> EN:297.8kcal ZS:21.3g TZS:10.9g SZH:19.0g CK:2.9g FH:6.4g SÓ:0.4g <b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b>  EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g <b>100 %-os halrudacska (1;4;)</b> EN:284.6kcal ZS:19.1g TZS:2.0g SZH:17.1g CK:0.5g FH:9.9g SÓ:0.5g <b>Zöldséges rizs</b> EN:444.0kcal ZS:18.8g TZS:2.1g SZH:61.1g CK:1.4g FH:7.8g SÓ:0.7g <b>Görögdinnye</b> EN:29.0kcal SZH:6.5g CK:1.9g FH:0.5g	<b>Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12;)</b> EN:141.5kcal ZS:6.9g TZS:2.2g SZH:16.3g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:1.0g <b>Babfőzelék (1;7;)</b>  EN:337.0kcal ZS:7.7g TZS:2.8g SZH:43.8g CK:4.5g FH:16.6g SÓ:1.6g <b>Sertéspörkölt (12;)</b> EN:212.0kcal ZS:13.7g TZS:2.5g SZH:3.9g CK:0.1g FH:17.0g SÓ:2.2g <b>Fehér kenyér -1/2 adag (1;)</b> EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g	<b>Erdei gyümölcskrémleves (1;7;)</b> EN:356.2kcal ZS:5.4g TZS:2.1g SZH:72.6g CK:50.0g FH:4.6g SÓ:0.6g <b>Rántott csirkemell napraforgó és lenmagos bundában (1;3;7;)</b> EN:519.7kcal ZS:32.3g TZS:4.1g SZH:34.3g CK:0.7g FH:21.1g SÓ:1.9g <b>Főtt burgonya (12;)</b> EN:244.5kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:47.9g CK:0.0g FH:6.5g SÓ:0.5g <b>Cékla saláta- sajt</b> EN:104.7kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:24.6g CK:19.5g FH:1.5g SÓ:1.2g
<b>Uzsonna</b>	<b>Lenmagos vajkrém (7;)</b> EN:110.0kcal ZS:10.8g TZS:6.7g SZH:1.7g CK:0.7g FH:1.2g SÓ:0.3g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g <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>Tojáskrém (3;7;10;)</b> EN:71.3kcal ZS:6.8g TZS:3.0g SZH:0.3g CK:0.3g FH:2.1g SÓ:0.3g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g <b>Jégcsapretek</b> EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Túrókrém zöldhagymás (7;)</b> EN:68.9kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:1.4g CK:1.4g FH:5.3g SÓ:29.5g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g <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>Sajtkrém natúr (7;)</b> EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g <b>Paradicsom</b> EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Túrós batyu (1;6;7;)</b> EN:175.0kcal ZS:7.5g TZS:3.8g SZH:25.0g CK:8.0g FH:2.9g SÓ:0.1g <b>Nektarin</b> EN:490.0kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:114.0g CK:79.0g FH:4.0g SÓ:0.0g