

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
<b>Tízórai</b>	<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>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Gépsonka</b> EN:23.4kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.2g SÓ:0.5g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<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:119.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:20.8g CK:3.4g FH:3.3g SÓ:0.2g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g	<b>Gyümölcsstea (12;)</b> EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Padlizsánkrém (7;)</b> EN:32.7kcal ZS:3.1g TZS:1.9g SZH:0.8g CK:0.3g FH:0.5g SÓ:1.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<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>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Tavaszi felvágott</b> EN:55.4kcal ZS:4.8g TZS:2.0g SZH:0.7g CK:0.1g FH:2.4g SÓ:0.4g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g	<b>Gyümölcsstea (12;)</b> EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <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>Főtt tojás (3;)</b> EN:36.7kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.1g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g
<b>Ebéd</b>	<b>Zellerkrémleves (1;7;9;)</b> EN:90.3kcal ZS:3.3g TZS:2.1g SZH:11.0g CK:1.9g FH:2.7g SÓ:0.8g <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>Pincepörkölt (12;)</b> EN:300.1kcal ZS:13.0g TZS:2.0g SZH:27.7g CK:0.2g FH:14.0g SÓ:0.6g <b>Savanyúság * (10;)</b> EN:11.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:0.4g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g	<b>Pirított téstaleves (1;9;12;)</b> EN:130.7kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:15.4g CK:0.8g FH:2.6g SÓ:0.8g <b>Főtt virsli</b> EN:164.4kcal ZS:15.0g TZS:4.6g FH:7.8g SÓ:1.3g <b>Sárgaborsófőzelék (1;)</b> EN:285.1kcal ZS:8.0g TZS:1.3g SZH:37.6g CK:3.6g FH:14.2g SÓ:0.8g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:39.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:7.8g CK:0.2g FH:1.4g SÓ:0.2g	<b>Gulyásleves (9;12;)</b> EN:135.8kcal ZS:7.0g TZS:1.3g SZH:7.2g CK:0.9g FH:9.4g SÓ:1.2g <b>Darásmetélt (1;)</b> EN:502.3kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:86.6g CK:3.5g FH:14.1g SÓ:0.6g <b>Sárgabaracklekvár</b> EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g <b>Alma</b> EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcsleves (1;7;)</b> EN:177.3kcal ZS:2.2g TZS:1.4g SZH:36.3g CK:27.9g FH:1.6g SÓ:0.4g <b>Sült csirkecomb</b> EN:122.2kcal ZS:8.3g TZS:2.2g SZH:0.1g CK:0.0g FH:10.9g SÓ:0.3g <b>Párolt rizs</b> EN:303.7kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:62.4g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g <b>Savanyúság * (10;)</b> EN:11.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:0.4g	<b>Daragaluskaleves (1;3;9;)</b> EN:104.6kcal ZS:3.8g TZS:0.6g SZH:14.1g CK:2.5g FH:2.9g SÓ:1.5g <b>Fűszeres apró (1;12;)</b> EN:88.0kcal ZS:7.6g TZS:1.3g SZH:2.4g CK:0.0g FH:2.2g SÓ:1.4g <b>Tököfőzelék (1;7;)</b> EN:131.1kcal ZS:6.1g TZS:2.4g SZH:16.0g CK:1.5g FH:2.8g SÓ:1.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g <b>Túró rudi (6;7;)</b> EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Sajtkrém (7;)</b> EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g <b>Paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<b>Körözött (7;)</b> EN:43.4kcal ZS:2.3g TZS:1.7g SZH:1.1g CK:1.1g FH:4.2g SÓ:0.2g <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>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<b>Paradicsom</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g <b>Zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g <b>Trappista sajt (7;)</b> EN:89.1kcal ZS:6.5g TZS:4.2g SZH:0.5g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g	<b>Paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g <b>Kifli (1;7;)</b> EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g <b>Zöldfűszeres krém (7;)</b> EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g	<b>Kifli (1;7;)</b> EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g <b>Gyümölcsös joghurt (7;)</b> EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g