

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
Tízórai		Karamellás tej (7;) EN:106.4kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:13.2g CK:13.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Napraforgómagos vajkrém (7;) EN:81.3kcal ZS:8.0g TZS:4.6g SZH:1.4g CK:0.5g FH:0.9g SÓ:0.2g fehér kenyér (1;) EN:144.0kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:28.7g CK:0.1g FH:5.2g SÓ:0.8g	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Csicseriborsó krém (7;12;) EN:133.5kcal ZS:5.3g TZS:2.6g SZH:13.2g CK:0.9g FH:5.9g SÓ:0.7g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Sertés párizsi EN:69.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.8g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:0.6g Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;) EN:144.0kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:28.7g CK:0.1g FH:5.2g SÓ:0.8g	Citromos tea EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Póréhagymás tojáskrém (3;7;) EN:89.6kcal ZS:7.5g TZS:4.1g SZH:1.2g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.2g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
Ebéd		Májgombóc leves (1;3;9;) EN:93.5kcal ZS:1.2g TZS:0.4g SZH:14.7g CK:2.4g FH:5.7g SÓ:1.3g Sóska mártás (1;7;) EN:164.4kcal ZS:3.6g TZS:2.1g SZH:25.6g CK:4.3g FH:5.0g SÓ:1.3g Főtt tojás (3;) EN:112.0kcal ZS:8.0g TZS:2.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:0.2g Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:169.2kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:33.1g CK:0.0g FH:4.5g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:185.5kcal ZS:2.3g TZS:1.8g SZH:37.5g CK:23.8g FH:2.4g SÓ:0.8g Csirkepaprikás (1;7;) EN:211.4kcal ZS:13.5g TZS:4.1g SZH:5.9g CK:0.7g FH:15.9g SÓ:1.0g Rizs köret EN:325.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:54.3g CK:0.0g FH:6.5g SÓ:0.0g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:165.3kcal ZS:4.5g TZS:0.7g SZH:17.6g CK:1.9g FH:9.6g SÓ:0.3g Bolognai ragu EN:262.3kcal ZS:19.7g TZS:5.5g SZH:7.3g CK:1.0g FH:13.8g SÓ:0.8g Főtt tészta (1;) EN:290.3kcal ZS:7.7g TZS:1.0g SZH:46.8g CK:2.3g FH:7.9g SÓ:0.0g Reszelt sajt (1;7;) EN:144.9kcal ZS:10.4g TZS:6.5g SZH:2.2g CK:0.1g FH:10.5g SÓ:0.6g	Orjaleves (1;) EN:104.9kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:12.9g CK:3.8g FH:5.7g SÓ:2.5g Csirke gyros EN:198.6kcal ZS:12.8g TZS:2.2g SZH:1.4g CK:0.8g FH:17.8g SÓ:1.1g Sült burgonya 1/2 (12;) EN:181.6kcal ZS:1.7g TZS:0.1g SZH:33.1g CK:0.0g FH:4.5g SÓ:1.0g Vegyes saláta EN:41.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:0.0g FH:1.6g SÓ:0.0g Kapros joghurtos öntet (7;) EN:65.3kcal ZS:5.0g TZS:3.3g SZH:2.3g CK:1.2g FH:2.6g SÓ:0.9g
Uzsonna		Zala felvágott EN:72.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.7g Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Natúr sajtkrém (7;) EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g vizes zsemle (1;) EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Sertés húskrém (házi) EN:58.4kcal ZS:4.5g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:4.1g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g	Dejós búrkifli (1;7;) EN:232.0kcal ZS:10.1g TZS:4.3g SZH:24.1g CK:11.3g FH:4.0g SÓ:0.2g Gyümölcsös joghurt (7;) EN:103.8kcal ZS:2.5g TZS:1.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:3.1g SÓ:0.1g