

	Hétfő 02.23	Kedd 02.24	Szerda 02.25	Csütörtök 02.26	Péntek 02.27
Tízórai	Hideg tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Sajtkrém (7;) EN:35.8kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:1.3g CK:1.3g FH:0.9g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Karamellás tej (7;) EN:99.2kcal ZS:2.7g TZS:1.8g SZH:13.0g CK:13.0g FH:5.9g SÓ:0.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:148.8kcal ZS:3.7g TZS:1.5g SZH:26.0g CK:4.2g FH:4.2g SÓ:0.3g	Málnatea - (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Olasz felvágott EN:70.8kcal ZS:6.0g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.7g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Forralt tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Molnárka (1;3;6;7;13;) EN:163.5kcal ZS:4.5g TZS:1.6g SZH:27.6g CK:4.1g FH:4.6g SÓ:0.3g	Gyümölcs tea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Sonkakrém (6;7;) EN:83.9kcal ZS:7.5g TZS:4.3g SZH:1.0g CK:0.7g FH:3.1g SÓ:0.6g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g
Ebéd	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:77.9kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:11.5g CK:2.1g FH:2.2g SÓ:1.1g Magyaros csirkeragu (1;) EN:200.9kcal ZS:12.0g TZS:1.9g SZH:6.7g CK:0.4g FH:15.5g SÓ:0.6g Tökfőzelék (1;7;) EN:159.3kcal ZS:7.7g TZS:3.1g SZH:18.5g CK:1.9g FH:3.2g SÓ:1.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g	Jócai bableves (1;7;) EN:127.0kcal ZS:4.1g TZS:2.0g SZH:13.3g CK:1.8g FH:6.3g SÓ:2.6g túrós gombóc (1;7;) EN:796.1kcal ZS:31.7g TZS:4.5g SZH:110.6g CK:50.3g FH:16.4g SÓ:2.7g Vaníliás tejföl (7;) EN:57.8kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.2g SÓ:0.0g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Paradicsomleves (1;9;) EN:172.7kcal ZS:4.1g TZS:0.4g SZH:30.7g CK:18.2g FH:2.4g SÓ:0.5g Rántott csirkecsíkok (1;3;) EN:461.7kcal ZS:30.6g TZS:4.0g SZH:25.8g CK:0.2g FH:19.2g SÓ:1.6g Párolt rizs EN:393.0kcal ZS:1.7g TZS:0.3g SZH:85.3g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:1.2g Savanyúság * (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g	Karalábéleves (1;9;) EN:114.9kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:15.8g CK:1.8g FH:2.6g SÓ:1.6g Vadas falatok (1;7;9;) EN:177.1kcal ZS:8.7g TZS:3.0g SZH:7.4g CK:3.1g FH:15.7g SÓ:1.0g Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.0g	Daragalus kaleves (1;3;9;) EN:123.5kcal ZS:3.9g TZS:0.6g SZH:17.8g CK:2.9g FH:3.6g SÓ:2.0g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g Parajfőzelék (7;) EN:14.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:1.9g CK:1.9g FH:0.9g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g Mandarin EN:67.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:14.7g CK:0.0g FH:1.1g SÓ:0.0g
Uzsonna	Pulyka sonka EN:26.1kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:0.8g FH:4.5g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	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:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Túrókrém (7;) EN:123.3kcal ZS:1.8g TZS:1.1g SZH:22.9g CK:22.9g FH:4.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g Póréhagyma EN:5.7kcal ZS:0.0g SZH:1.0g FH:0.3g	Halkrém (4;6;7;) EN:111.0kcal ZS:8.2g TZS:4.6g SZH:1.0g CK:0.6g FH:8.3g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g	Vaníliás puding * (7;) EN:111.0kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:18.0g CK:7.5g FH:5.0g SÓ:0.2g Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g