

	Hétfő 09.28	Kedd 09.29	Szerda 09.30	Csütörtök 10.01	Péntek 10.02
Tízórai	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Sajtkrém (7;) EN:53.4kcal ZS:3.9g TZS:2.4g SZH:1.6g CK:1.0g FH:3.0g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g Jégcsapretek EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Zöldfűszeres tojáskrém (3;) EN:106.1kcal ZS:9.5g TZS:3.8g SZH:0.6g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:133.5kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.7g FH:5.5g SÓ:0.8g	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Kakaós csiga (1;7;) EN:219.5kcal ZS:9.8g TZS:6.2g SZH:29.3g CK:11.3g FH:3.1g SÓ:0.3g	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Füstölt sajt (7;) EN:100.2kcal ZS:7.8g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.5g SÓ:0.5g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:133.5kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.7g FH:5.5g SÓ:0.8g	Gyümölcsstea EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Vadas szendvicskrém (7;10;) EN:37.0kcal ZS:2.3g TZS:1.4g SZH:3.2g CK:1.9g FH:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:141.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:26.9g CK:1.0g FH:4.8g SÓ:0.6g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g
Ebéd	Tárkonyos raguleves (7;9;) EN:209.1kcal ZS:11.2g TZS:3.7g SZH:12.0g CK:4.1g FH:13.3g SÓ:1.3g Mákszórat EN:137.4kcal ZS:4.6g TZS:0.6g SZH:20.9g CK:18.4g FH:2.5g SÓ:0.0g Tésztaköret (1;) EN:433.9kcal ZS:10.4g TZS:1.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.8g Körte EN:36.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.4g CK:1.1g FH:0.3g SÓ:0.0g	BrokkolikréMLEves (1;7;) EN:80.9kcal ZS:2.9g TZS:2.0g SZH:10.1g CK:0.8g FH:3.3g SÓ:0.7g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:40.0kcal ZS:2.2g TZS:1.0g SZH:4.2g CK:0.5g FH:0.6g SÓ:0.1g Rántott halfigura (1;4;) EN:438.9kcal ZS:35.4g TZS:3.0g SZH:20.3g FH:8.8g Főtt burgonya (12;) EN:206.1kcal ZS:2.4g TZS:0.2g SZH:36.8g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:1.5g Mongol saláta * (10;) EN:11.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:0.4g	Árpagyöngyleves (1;9;) EN:84.9kcal ZS:2.4g TZS:0.2g SZH:13.5g CK:2.1g FH:2.1g SÓ:0.8g Szárnyasragu (1;) EN:228.3kcal ZS:15.8g TZS:2.4g SZH:5.7g CK:0.1g FH:15.2g SÓ:1.2g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:120.9kcal ZS:4.6g TZS:2.1g SZH:15.1g CK:2.9g FH:4.6g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:72.6kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:13.2g CK:0.2g FH:2.8g SÓ:0.4g Alma EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	Erőleves EN:38.4kcal ZS:1.1g TZS:0.3g SZH:4.8g CK:2.0g FH:2.0g SÓ:0.2g Cérnametelt (1;) EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:0.1g Bácskai rizseshús EN:526.7kcal ZS:13.5g TZS:2.6g SZH:79.1g CK:0.2g FH:22.0g SÓ:1.2g Cékla * (10;) EN:16.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:4.0g CK:1.9g FH:0.7g SÓ:0.4g	Zöldségleves (9;) EN:93.7kcal ZS:1.6g TZS:0.2g SZH:15.5g CK:3.7g FH:3.6g SÓ:6.7g Sertés aprópecsenye (1;) EN:156.6kcal ZS:10.4g TZS:2.2g SZH:1.8g CK:0.0g FH:12.9g SÓ:1.2g Sárgaborsófőzelék (1;) EN:285.1kcal ZS:8.0g TZS:1.3g SZH:37.6g CK:3.6g FH:14.2g SÓ:0.8g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:72.6kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:13.2g CK:0.2g FH:2.8g SÓ:0.4g Alma EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g
Uzsonna	Sertés párizsi EN:46.0kcal ZS:4.0g TZS:1.6g SZH:0.5g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Sült húskrém (7;) EN:89.0kcal ZS:7.9g TZS:3.7g SZH:0.5g CK:0.3g FH:4.0g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g Kígyóborka EN:4.8kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Mátrai csemege szalámi EN:72.0kcal ZS:6.7g TZS:2.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Kenőmájás EN:43.8kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Epres vaníliás álom (1;7;) EN:324.9kcal ZS:11.7g TZS:5.7g SZH:48.6g CK:20.7g FH:5.0g SÓ:0.7g