

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
Reggeli	Erdei gyümölcs tea EN: 18.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gépsonka EN: 17.5 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.4 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Jégcsapretek EN: 3.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Gyümölcs tea EN: 18.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Házi csirkehúskrém EN: 61.4 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 2.0 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.1 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;	Citromos tea EN: 18.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; sült paprikakrém EN: 89.1 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 2.8 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.6 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g;	Málna tea EN: 20.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 5.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Cukkínikrém EN: 54.1 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 1.7 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;	Gyümölcs tea EN: 18.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Házi sertés húskrém EN: 89.0 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.1 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Lilahagyma EN: 8.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;
Tízórai	körte EN: 52.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Nektarin EN: 24.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.7 g; CK: 4.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Életerő saláta EN: 43.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.7 g; CK: 6.1 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Almás fahéjas zabkása rizsitalal (1;) EN: 273.7 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 53.3 g; CK: 22.0 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.4 g;
Ebéd	Palócleves (sertés) (1;10;12;) EN: 159.2 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 2.7 g; SZH: 9.7 g; CK: 1.0 g; FH: 7.6 g; SÓ: 0.6 g; Tejberizs EN: 279.4 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 0.4 g; SZH: 60.4 g; CK: 14.6 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.3 g; Kakaó szórat EN: 81.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.3 g; SZH: 18.3 g; CK: 18.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; Alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Sült csirkemell EN: 138.9 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 1.1 g; Tökfőzelék (1;) EN: 136.1 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 20.0 g; CK: 3.7 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.7 g;	Borsos sertés tokány (1;9;) EN: 70.8 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 2.8 g; CK: 0.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.8 g; Burgonyafőzelék (1;12;) EN: 172.8 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 26.1 g; CK: 0.1 g; FH: 3.5 g; SÓ: 0.4 g; Alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Csirkepörkölt EN: 118.8 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 1.0 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.0 g; FH: 15.1 g; SÓ: 0.8 g; Zöldborsófőzelék (1;) EN: 166.3 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 0.6 g; SZH: 21.7 g; CK: 4.5 g; FH: 7.0 g; SÓ: 0.8 g; körte EN: 52.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Köménymag leves (1;) EN: 40.6 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.4 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.7 g; Piritott kenyérkocsa (1;) EN: 26.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.1 g; CK: 0.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; Halvagdalt (1;4;) EN: 142.4 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 20.1 g; CK: 0.5 g; FH: 5.5 g; SÓ: 1.1 g; Csöben sült brokkoli (1;3;) EN: 73.6 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.2 g; SZH: 9.8 g; CK: 2.9 g; FH: 5.3 g; SÓ: 1.1 g;
Uzsonna	Pritaminos margarinkrém EN: 56.9 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Gyümölcs tea EN: 18.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g;	Tonhalkrém (4;10;) EN: 89.1 kcal; ZS: 8.2 g; TZS: 2.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.2 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Kígyóborka EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; Barackos tea EN: 18.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Sertés párizsi EN: 34.5 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.3 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; félbarna kenyér (1;) EN: 74.4 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.6 g; CK: 0.0 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g; Gyümölcs tea EN: 18.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Álomsonka EN: 14.8 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.1 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.4 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; Meggyes tea EN: 18.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Padlizsánkrém (10;) EN: 31.0 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 0.5 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Erdei gyümölcs tea EN: 18.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.0 g;