

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Tízórai	Málnatea - (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Vaníliás rizstej EN:157.0kcal ZS:2.3g TZS:0.4g SZH:33.4g CK:18.6g FH:0.7g SÓ:0.1g	Gyümölcs tea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Tejeskávé (1;) EN:321.4kcal ZS:9.1g TZS:0.9g SZH:58.0g CK:33.4g FH:2.4g SÓ:0.2g	Citromos tea EN:24.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.0g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Citromos tea EN:24.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.0g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	
	Zöldhagymás margarinkrém EN:50.6kcal ZS:5.3g TZS:1.6g SZH:0.6g FH:0.2g SÓ:0.2g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Mini margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g	Tojáskrém margarinnal (3;) EN:60.4kcal ZS:5.7g TZS:1.7g FH:2.1g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:132.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:25.9g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.0g	Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Mini margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g	Sonkakrém (6;) EN:45.7kcal ZS:3.6g TZS:1.1g SZH:1.7g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g FH:0.4g	Zöldfűszeres margarinkrém EN:45.1kcal ZS:5.0g TZS:1.5g SZH:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	
Uzsonna	Csirkemell sonka EN:32.7kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g FH:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g	Házi húskrém EN:48.7kcal ZS:4.6g TZS:1.4g FH:1.7g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g SZH:1.2g FH:0.3g	Pritaminos felvágott EN:72.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.7g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g	Magyaros margarinkrém EN:0.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Zöldségkrém EN:27.2kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:1.8g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Mini lekvár EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g Mini margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	