

	Hétfő 01.19	Kedd 01.20	Szerda 01.21	Csütörtök 01.22	Péntek 01.23
Reggeli	Forralt tej (7;) EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g Magyaros szendvicskrém (7;) EN:34.8kcal ZS:3.5g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.2g FH:0.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g	Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Póréhagymás tojáskrém (3;7;) EN:36.5kcal ZS:3.1g TZS:1.5g SZH:0.3g CK:0.1g FH:1.8g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g	Citromos tea EN:2.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.0g SÓ:0.0g Sonka felvágott EN:24.8kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:0.8g CK:0.4g FH:3.0g SÓ:0.5g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Tejeskávé (1;7;) EN:52.4kcal ZS:1.3g TZS:0.8g SZH:7.3g CK:6.2g FH:2.9g SÓ:0.1g Briós (1;3;6;7;) EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g	Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Sárgabaracklekvár EN:48.6kcal SZH:11.6g CK:10.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g
Tízórai	alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g	Narancs EN:28.7kcal SZH:6.0g FH:0.4g	Körte EN:31.2kcal SZH:7.2g CK:0.9g FH:0.2g	Ivólé 1*-i EN:92.0kcal SZH:22.6g CK:21.6g	alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g
Ebéd	Tejfölös zöldbaleves (1;7;9;) EN:71.3kcal ZS:3.8g TZS:1.8g SZH:6.4g CK:1.7g FH:2.1g SÓ:0.6g Rántott halrúd (1;4;) EN:274.1kcal ZS:22.6g TZS:2.4g SZH:10.7g CK:0.3g FH:6.2g SÓ:0.3g Karottás rizs EN:238.7kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:43.9g CK:0.8g FH:5.4g SÓ:0.5g Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g	Májgaluskaleves (1;3;9;) EN:89.4kcal ZS:4.6g TZS:0.8g SZH:7.2g CK:0.4g FH:4.3g SÓ:1.0g Szilvalekváros gombóc (1;3;12;) EN:287.6kcal ZS:1.6g TZS:0.0g SZH:57.4g CK:13.3g FH:7.9g SÓ:1.1g Fahéjszórat EN:40.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:9.7g FH:0.0g SÓ:0.0g alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g	Húsgombóc (3;) EN:141.5kcal ZS:7.7g TZS:2.7g SZH:10.0g CK:0.2g FH:8.1g SÓ:0.7g Paradisommártás (1;9;) EN:91.1kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:19.9g CK:11.4g FH:1.6g SÓ:0.6g Főtt burgonya (12;) EN:106.9kcal ZS:1.6g TZS:0.2g SZH:18.4g FH:2.5g SÓ:1.1g	Natúr szelet (1;) EN:114.2kcal ZS:7.4g TZS:1.9g SZH:1.3g CK:0.0g FH:10.7g SÓ:0.2g Édeskáposzta főzelék (1;7;) EN:102.4kcal ZS:3.8g TZS:0.9g SZH:13.3g CK:2.5g FH:3.6g SÓ:0.3g Mandarin EN:31.5kcal SZH:6.9g FH:0.5g	Csirkepaprikás (1;7;12;) EN:186.1kcal ZS:14.5g TZS:4.7g SZH:4.1g CK:0.5g FH:9.1g SÓ:1.0g Tésztaköret (1;) EN:216.9kcal ZS:5.2g TZS:0.7g SZH:36.0g CK:1.8g FH:6.1g SÓ:0.7g Banán EN:73.5kcal SZH:16.9g FH:0.9g
Uzsonna	Tavaszi felvágott EN:41.6kcal ZS:3.6g TZS:1.5g SZH:0.5g CK:0.1g FH:1.8g SÓ:0.3g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g Málnatea - (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Sajtos rúd (1;3;6;7;) EN:208.5kcal ZS:10.5g TZS:5.5g SZH:22.5g CK:0.9g FH:4.8g SÓ:1.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Forralt tej (7;) EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g	Sárgaborsókrém (7;) EN:49.1kcal ZS:1.7g TZS:1.0g SZH:5.6g CK:0.7g FH:2.6g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g Forralt tej (7;) EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g	Házi húskrém (7;) EN:69.0kcal ZS:6.5g TZS:3.5g SZH:0.4g CK:0.4g FH:2.2g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g Jégcsapretek EN:3.0kcal ZS:0.0g SZH:0.4g FH:0.2g Málnatea - (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Sajtos croissant (1;3;7;) EN:180.5kcal ZS:9.1g TZS:5.0g SZH:20.7g CK:2.5g FH:3.6g SÓ:0.3g Forralt tej (7;) EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g