

	Hétfő 11.10	Kedd 11.11	Szerda 11.12	Csütörtök 11.13	Péntek 11.14
Reggeli	Citromos tea (12;) EN:2.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Zala felvágott EN:36.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:0.3g CK:0.1g FH:2.0g 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 Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Karamellás tej (7;) EN:54.2kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:3.3g SÓ:0.1g CA:120.0mg 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	Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Sonkakrém (6;7;) EN:42.1kcal ZS:3.8g TZS:2.2g SZH:0.5g CK:0.3g FH:1.6g SÓ:0.3g CA:7.5mg 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 (12;) EN:2.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Zöldséges felvágott EN:28.0kcal ZS:2.3g TZS:0.9g SZH:0.6g CK:0.1g FH:1.3g SÓ:0.4g 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	Házi csirkemájkrém (7;) EN:46.6kcal ZS:2.7g TZS:1.0g SZH:0.3g CK:0.1g FH:4.9g SÓ:0.3g CA:1.5mg 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 Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg
Tízórai	Gyümölcsös joghurt (7;) EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g CA:100.0mg	alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g	alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g	Körte EN:31.2kcal SZH:7.2g CK:0.9g FH:0.2g	alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g
Ebéd	Bakonyi betyárleves (1;7;) EN:122.3kcal ZS:6.2g TZS:2.4g SZH:9.1g CK:0.5g FH:7.0g SÓ:0.4g CA:9.0mg Káposztás kocka (1;) EN:287.3kcal ZS:10.9g TZS:1.3g SZH:40.1g CK:6.5g FH:6.5g SÓ:1.7g CA:0.0mg alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g	Vagdalt (1;3;) Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12;) EN:314.2kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:57.2g CK:12.7g FH:6.8g SÓ:0.2g Körte EN:36.4kcal SZH:8.4g CK:1.1g FH:0.3g	Francia hagymaleves (7;) EN:54.0kcal ZS:5.3g TZS:1.4g SZH:1.3g CK:0.4g FH:0.4g SÓ:0.5g CA:0.0mg Bácskai rizseshús EN:310.1kcal ZS:9.8g TZS:1.8g SZH:40.1g CK:0.1g FH:15.0g SÓ:1.0g CA:0.0mg Cékla * (10;) EN:16.0kcal ZS:0.1g SZH:4.0g CK:1.9g FH:0.7g SÓ:0.4g	Sertés aprópecsenye (1;) EN:62.5kcal ZS:5.2g TZS:0.7g SZH:1.5g CK:0.0g FH:2.3g SÓ:0.9g CA:0.0mg Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:86.2kcal ZS:3.9g TZS:1.8g SZH:8.8g CK:2.4g FH:3.1g SÓ:0.3g CA:0.0mg alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g	Csirkeraгу (1;12;) EN:106.7kcal ZS:6.8g TZS:1.1g SZH:2.2g CK:0.0g FH:8.7g SÓ:1.2g CA:0.0mg Sárgaborsófőzelék (1;) EN:213.9kcal ZS:6.6g TZS:1.1g SZH:27.3g CK:2.5g FH:10.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg Szilva EN:28.7kcal ZS:0.1g SZH:6.1g CK:6.1g FH:0.4g SÓ:0.0g Csemege uborka * (10;12;) EN:4.4kcal ZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.2g FH:0.3g SÓ:0.7g
Uzsonna	Magyaros szendvicskrém (7;) EN:34.8kcal ZS:3.5g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.2g FH:0.2g SÓ:0.1g CA:5.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g Forralt tej (7;) EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g CA:120.0mg	Lapkasajt (7;) EN:349.5kcal ZS:28.5g TZS:18.0g SZH:6.6g CK:6.6g FH:16.5g SÓ:3.8g CA:765.0mg margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g 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 CA:0.0mg Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Vaníliás krémtúró * (7;) EN:21.0kcal ZS:1.3g TZS:0.8g SZH:0.5g CK:0.6g FH:1.8g SÓ:0.1g CA:14.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Forralt tej (7;) EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g CA:120.0mg	Zöldhagymás szendvicskrém (7;) EN:47.9kcal ZS:4.5g TZS:2.8g SZH:0.6g CK:0.4g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:11.3mg Félbarna kenyér (1;) EN:79.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g FH:2.8g 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 CA:120.0mg	Sajtos pogácsa (1;3;7;) EN:171.5kcal ZS:8.6g TZS:4.7g SZH:19.0g CK:0.7g FH:4.1g SÓ:1.1g Forralt tej (7;) EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g CA:120.0mg