

	Hétfő 10.20	Kedd 10.21	Szerda 10.22	Csütörtök 10.23	Péntek 10.24
Tízórai	Málnatea - (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 Sajtkrém (7;) EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g CA:103.4mg 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	Vaníliás tej (7;) EN:173.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:6.6g SÓ:0.2g CA:240.0mg margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:119.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:20.8g CK:3.4g FH:3.3g SÓ:0.2g	Forralt tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g CA:240.0mg Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g CA:0.0mg Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g		
Ebéd	Bableves (1;10;) EN:215.0kcal ZS:5.7g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:4.4g FH:9.3g SÓ:0.6g CA:0.0mg Tejberizs (7;) EN:291.0kcal ZS:4.6g TZS:3.0g SZH:50.3g CK:27.0g FH:12.7g SÓ:0.4g CA:360.0mg Fahéjszórat EN:80.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:19.4g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Alföldileves (9;12;) EN:148.0kcal ZS:4.1g TZS:0.5g SZH:20.7g CK:2.4g FH:3.8g SÓ:0.9g Csirkepörkölt EN:132.3kcal ZS:8.0g TZS:1.4g SZH:2.0g CK:0.4g FH:12.1g SÓ:1.2g CA:0.0mg Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:228.5kcal ZS:4.1g TZS:0.9g SZH:30.8g CK:5.8g FH:13.0g SÓ:0.9g CA:49.5mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g alma EN:28.0kcal ZS:0.3g SZH:5.6g FH:0.3g	Zellerleves (1;9;) EN:104.1kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:9.8g CK:1.0g FH:2.0g SÓ:0.9g CA:0.0mg Fasírt golyó (1;6;) EN:389.7kcal ZS:36.6g TZS:4.6g SZH:7.8g CK:0.6g FH:6.6g SÓ:1.1g Paradicsomos káposztafőzelék (1;) EN:131.9kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:21.1g CK:5.3g FH:4.7g SÓ:0.3g CA:0.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g		
Uzsonna	Zöldségkrém (7;) EN:58.4kcal ZS:6.0g TZS:3.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.5g SÓ:0.2g CA:15.0mg Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Zöldséges felvágott EN:37.4kcal ZS:3.0g TZS:1.1g SZH:0.8g CK:0.1g FH:1.8g SÓ:0.5g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	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:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g		