

	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16
Tízórai	Barackos tea EN:32.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.1g CK:8.1g FH:0.0g SÓ:0.0g Sertés párizsi EN:69.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.8g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:0.6g margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:160.2kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:30.6g CK:0.8g FH:6.6g SÓ:0.9g	Karamellás tej (7;) EN:97.0kcal ZS:2.7g TZS:1.6g SZH:12.3g CK:12.3g FH:5.4g SÓ:0.2g Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Magvas krém (7;) EN:98.8kcal ZS:9.7g TZS:5.8g SZH:1.8g CK:0.6g FH:1.0g SÓ:0.4g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Citromos tea EN:24.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.0g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Halkrém (4;7;) EN:141.9kcal ZS:11.8g TZS:6.3g SZH:0.9g CK:0.8g FH:7.9g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g	Tejeskávé (1;7;) EN:128.2kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:18.2g CK:16.7g FH:6.2g SÓ:0.2g Zöldhagymás szendvicskrém (7;) EN:127.6kcal ZS:12.0g TZS:7.6g SZH:1.5g CK:1.1g FH:1.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g Paradicsom EN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
Ebéd	Májgaluskaleves (1;3;9;) EN:181.5kcal ZS:6.6g TZS:1.1g SZH:22.0g CK:0.6g FH:7.7g SÓ:1.3g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:438.2kcal ZS:11.6g TZS:2.9g SZH:53.2g CK:3.8g FH:22.4g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g	Amerikai kukoricas sertésragú leves (7;12;) EN:114.1kcal ZS:3.9g TZS:1.4g SZH:8.8g CK:2.2g FH:9.7g SÓ:1.4g túrós gombóc (1;7;) EN:796.1kcal ZS:31.7g TZS:4.5g SZH:110.6g CK:50.3g FH:16.4g SÓ:2.7g Porcukor szórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Tojásleves (1;3;) EN:109.1kcal ZS:7.9g TZS:1.2g SZH:6.6g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.9g Szárnyasragu vitál módra (ananasz, csirkecomb filé) EN:118.4kcal ZS:5.1g TZS:1.0g SZH:7.9g CK:3.1g FH:9.5g SÓ:1.2g Kuszkusz (1;) EN:456.6kcal ZS:7.8g TZS:1.1g SZH:80.2g CK:3.3g FH:14.5g SÓ:0.9g Körte EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g	Reszelt tésztaleves (1;9;) EN:134.3kcal ZS:6.7g TZS:0.7g SZH:15.4g CK:4.0g FH:2.8g SÓ:3.9g Sült csirkecomb EN:525.6kcal ZS:42.4g TZS:12.6g SZH:0.7g CK:0.0g FH:33.0g SÓ:0.7g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:241.2kcal ZS:8.5g TZS:2.7g SZH:33.1g CK:1.5g FH:4.8g SÓ:0.8g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g	Karfiolleves (1;9;) EN:135.2kcal ZS:6.3g TZS:0.7g SZH:14.7g CK:3.2g FH:3.7g SÓ:1.9g Bolognai halragu (4;) EN:142.7kcal ZS:9.5g TZS:2.2g SZH:7.5g CK:1.0g FH:7.5g SÓ:2.1g Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.0g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g
Uzsonna	Sajtkrém (7;) EN:71.2kcal ZS:5.2g TZS:3.2g SZH:2.1g CK:1.3g FH:4.0g SÓ:0.7g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g Kaliforniai paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Gépsonka EN:35.1kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:1.0g CK:0.1g FH:4.8g SÓ:0.7g Vaj (7;) EN:144.6kcal ZS:16.0g TZS:10.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:0.1g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:4.8kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Mátraí csemege szalámi EN:96.0kcal ZS:9.0g TZS:3.8g SZH:0.2g CK:0.1g FH:3.6g SÓ:0.6g margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű zsemle (1;) EN:151.3kcal ZS:1.1g TZS:0.3g SZH:26.9g CK:0.5g FH:6.6g SÓ:0.6g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Edami sajt (7;) EN:124.4kcal ZS:9.2g TZS:6.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:10.4g SÓ:0.7g margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g Kígyóuborka EN:4.8kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Túrós táska (1;6;7;) EN:175.0kcal ZS:7.5g TZS:3.8g SZH:25.0g CK:8.0g FH:2.9g SÓ:0.1g