

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17
<b>Tízórai</b>	<b>Citromos tea</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Gépsonka</b> EN:23.4kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.2g SÓ:0.5g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:127.8kcal ZS:3.4g TZS:2.3g SZH:17.3g CK:17.0g FH:7.0g SÓ:0.2g <b>Briós (1;3;6;7;)</b> EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Tonhalkrém (4;7;10;)</b> EN:63.4kcal ZS:5.4g TZS:2.5g SZH:0.4g CK:0.4g FH:3.3g SÓ:0.5g <b>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g <b>Lilahagyma</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g SZH:1.7g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Forralt tej (7;)</b> EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g <b>Edami sajt (7;)</b> EN:94.8kcal ZS:7.0g TZS:4.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.2g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g <b>Falusi kenyér (1;)</b> EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g <b>Paradicsom</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Tejeskávé (1;7;)</b> EN:127.7kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:18.3g CK:17.0g FH:6.8g SÓ:0.2g <b>Turista felvágott</b> EN:69.0kcal ZS:6.2g TZS:2.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:3.2g SÓ:0.5g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g <b>Zöldhagyma</b> EN:38.0kcal ZS:0.3g SZH:0.9g FH:2.2g
<b>Ebéd</b>	<b>Pulyka raguleves (1;9;)</b> EN:114.0kcal ZS:4.1g TZS:0.7g SZH:9.6g CK:0.3g FH:8.9g SÓ:0.4g <b>Dejő szórát (1;)</b> EN:85.8kcal ZS:2.5g TZS:0.2g SZH:13.1g CK:10.2g FH:2.2g SÓ:0.0g <b>Főtt tészta (1;)</b> EN:257.2kcal ZS:5.9g TZS:0.8g SZH:43.2g CK:2.1g FH:7.3g SÓ:0.6g	<b>Magyaros karalábéleves</b> EN:50.6kcal ZS:3.8g TZS:0.4g SZH:3.0g CK:0.8g FH:0.7g SÓ:0.1g <b>Párolt csirkecombfilé</b> EN:127.0kcal ZS:9.1g TZS:2.9g SZH:0.0g CK:0.0g FH:10.4g SÓ:0.8g <b>Kukoricafőzelék (1;7;)</b> EN:220.1kcal ZS:5.9g TZS:1.9g SZH:36.0g CK:10.6g FH:4.3g SÓ:0.7g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<b>Tejfölös zöldbabeleves (1;7;)</b> EN:63.3kcal ZS:4.3g TZS:1.3g SZH:4.5g CK:0.7g FH:1.3g SÓ:0.9g <b>Hentes sertéstokány * (1;6;10;12;)</b> EN:211.5kcal ZS:14.1g TZS:5.0g SZH:7.0g CK:1.1g FH:13.7g SÓ:0.9g <b>Párolt rizs</b> EN:377.7kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:69.8g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:0.2g	<b>Daragaluska leves (1;3;9;)</b> EN:93.6kcal ZS:4.2g TZS:0.7g SZH:9.5g CK:0.2g FH:4.1g SÓ:0.0g <b>Főtt virsli</b> EN:106.0kcal ZS:8.5g TZS:3.9g SZH:1.4g FH:6.0g SÓ:1.1g <b>Lencefőzelék (1;7;10;)</b> EN:282.3kcal ZS:11.9g TZS:3.4g SZH:27.7g CK:1.4g FH:11.9g SÓ:0.5g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<b>Karfioleves (1;12;)</b> EN:72.4kcal ZS:4.2g TZS:0.4g SZH:6.4g CK:0.3g FH:2.2g SÓ:0.4g <b>Csirkefalatok sajtmártásban (1;7;)</b> EN:115.0kcal ZS:6.0g TZS:2.8g SZH:3.5g CK:1.2g FH:11.2g SÓ:0.9g <b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:230.3kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:36.9g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:0.2g <b>Alma</b> EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Gouda sajt (3;7;)</b> EN:102.9kcal ZS:7.8g TZS:5.3g SZH:0.6g CK:0.6g FH:8.4g SÓ:0.6g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g <b>Kígyóuborka</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Főtt tojás (3;)</b> EN:36.7kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.1g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g <b>Kifli (1;7;)</b> EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g <b>TV paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Kakaós csiga (1;3;6;13;)</b> EN:199.4kcal ZS:8.6g TZS:4.0g SZH:31.5g CK:11.5g FH:3.8g SÓ:0.2g	<b>Kenőmájás</b> EN:43.8kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.4g <b>Teljes kiőrlésű kifli (1;6;)</b> EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g	<b>Barackos ivóyoghurt (7;)</b> EN:96.3kcal ZS:2.5g TZS:1.8g SZH:13.8g CK:13.8g FH:3.1g SÓ:0.1g <b>Kifli (1;7;)</b> EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g