

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26
<b>Tízórai</b>	<p><b>100%-os almálé</b> EN:90.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:22.0g CK:22.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Kenőmájás (sertés)</b> EN:87.6kcal ZS:7.4g TZS:3.3g SZH:1.7g CK:0.5g FH:3.6g SÓ:0.9g</p> <p><b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:277.0kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:52.9g FH:10.2g SÓ:1.2g</p>	<p><b>Tej (7;)</b> EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g</p> <p><b>Sült csirkehúskrém (7;)</b> EN:72.8kcal ZS:5.9g TZS:2.5g SZH:0.4g CK:0.3g FH:4.4g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:195.2kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:40.0g FH:5.8g SÓ:1.2g</p>	<p><b>Limonádé</b> EN:21.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.1g CK:5.1g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Baromfi párizsi</b> EN:81.2kcal ZS:6.8g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.4g FH:4.4g SÓ:0.8g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:156.4kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:32.6g CK:0.1g FH:4.6g SÓ:1.0g</p>	<p><b>Tejeskávé (1;7;)</b> EN:202.8kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:22.6g CK:21.3g FH:8.9g SÓ:0.4g</p> <p><b>Teavaj (7;)</b> EN:56.6kcal ZS:6.2g TZS:4.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.1g</p> <p><b>Molnárka (1;3;6;7;13;)</b> EN:327.0kcal ZS:9.1g TZS:3.1g SZH:55.3g CK:8.2g FH:9.1g SÓ:0.6g</p>	<p><b>Tej (7;)</b> EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g</p> <p><b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:279.4kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:56.7g CK:1.2g FH:10.7g SÓ:1.4g</p> <p><b>Paradicsom</b> EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.6g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>
<b>Ebéd A</b>	<p><b>Frankfurtileves (1;7;12;)</b> EN:335.7kcal ZS:23.9g TZS:9.3g SZH:16.2g CK:1.7g FH:12.3g SÓ:1.6g</p> <p><b>Dejő szórat (1;)</b> EN:216.4kcal ZS:7.5g TZS:0.6g SZH:29.3g CK:20.5g FH:6.6g SÓ:0.0g</p> <p><b>Hosszúmetélt tészta (1;)</b> EN:433.0kcal ZS:8.5g TZS:1.5g SZH:74.0g CK:2.8g FH:13.0g SÓ:0.2g</p> <p><b>Nektarin</b> EN:39.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.1g CK:6.3g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Vajgaluska leves (1;3;)</b> EN:171.8kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:20.1g CK:4.0g FH:4.4g SÓ:0.3g</p> <p><b>Fasírt golyó (1;6;)</b> EN:309.6kcal ZS:23.3g TZS:3.5g SZH:13.0g CK:1.0g FH:11.0g SÓ:1.8g</p> <p><b>Kukoricafőzelék (1;7;)</b> EN:432.2kcal ZS:18.9g TZS:7.4g SZH:54.6g CK:16.6g FH:8.2g SÓ:1.6g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:156.4kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:32.6g CK:0.1g FH:4.6g SÓ:1.0g</p> <p><b>Mandarin</b> EN:90.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:0.0g FH:1.4g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Cukkini krémleves (1;7;)</b> EN:145.1kcal ZS:9.2g TZS:2.8g SZH:12.3g CK:0.7g FH:3.0g SÓ:1.1g</p> <p><b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g</p> <p><b>Szárnyasragu vitál módra (ananasz, csirkecomb filé)</b> EN:162.3kcal ZS:7.4g TZS:1.5g SZH:6.2g CK:0.6g FH:16.4g SÓ:1.5g</p> <p><b>Rizs köret</b> EN:359.8kcal ZS:6.0g TZS:0.6g SZH:69.3g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.2g</p>	<p><b>Tojásleves (1;3;)</b> EN:129.1kcal ZS:9.5g TZS:1.5g SZH:7.2g CK:0.0g FH:3.4g SÓ:0.2g</p> <p><b>Szárnyashúsos rakott vegyes zöldség (7;)</b> EN:222.2kcal ZS:13.6g TZS:3.7g SZH:8.2g CK:4.2g FH:14.6g SÓ:0.4g</p> <p><b>Körte</b> EN:52.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Csicseriborsós zöldségleves (1;3;7;9;)</b> EN:321.4kcal ZS:17.7g TZS:5.5g SZH:25.4g CK:2.5g FH:11.2g SÓ:0.3g</p> <p><b>Lecsó sertésragu</b> EN:153.3kcal ZS:5.5g TZS:1.9g SZH:3.2g CK:0.0g FH:21.0g SÓ:0.7g</p> <p><b>Bulgur köret (1;)</b> EN:391.4kcal ZS:10.1g TZS:0.9g SZH:63.0g CK:9.0g FH:11.7g SÓ:0.3g</p> <p><b>Pöttyös túró rudi (6;7;)</b> EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Trappista sajt (7;)</b> EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:10.2g SÓ:0.6g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:195.2kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:40.0g FH:5.8g SÓ:1.2g</p>	<p><b>Pucolt főtt tojás (3;)</b> EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:277.0kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:52.9g FH:10.2g SÓ:1.2g</p>	<p><b>Lapka sajt (7;)</b> EN:113.6kcal ZS:9.4g TZS:6.4g SZH:1.3g CK:1.3g FH:6.0g SÓ:0.9g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:279.4kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:56.7g CK:1.2g FH:10.7g SÓ:1.4g</p> <p><b>Kaliforniai paprika</b> EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Körözött (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:2.5g CK:1.2g FH:6.0g SÓ:0.5g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:195.2kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:40.0g FH:5.8g SÓ:1.2g</p>	<p><b>Kockasajt, natúr (7;)</b> EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:156.4kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:32.6g CK:0.1g FH:4.6g SÓ:1.0g</p>