

	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:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.7g</p> <p><b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g</p>	<p><b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g</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:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g</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:60.9kcal ZS:5.1g TZS:1.8g SZH:0.5g CK:0.3g FH:3.3g SÓ:0.6g</p> <p><b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g 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:147.8kcal ZS:5.6g TZS:3.6g SZH:18.0g CK:16.7g FH:6.0g SÓ:0.3g</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:163.5kcal ZS:4.5g TZS:1.6g SZH:27.6g CK:4.1g FH:4.6g SÓ:0.3g</p>	<p><b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g</p> <p><b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:21.6kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:0.4g CK:0.3g FH:0.5g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű 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</p> <p><b>Paradicsom</b> EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>
<b>Ebéd A</b>	<p><b>Frankfurtileves (1;7;12;)</b> EN:309.2kcal ZS:22.0g TZS:9.1g SZH:14.3g CK:1.7g FH:12.1g SÓ:1.6g</p> <p><b>Dejő szórat (1;)</b> EN:171.6kcal ZS:5.0g TZS:0.4g SZH:26.2g CK:20.4g FH:4.4g SÓ:0.0g</p> <p><b>Hosszúmetélt tészta (1;)</b> EN:295.7kcal ZS:5.2g TZS:1.0g SZH:51.8g CK:2.0g FH:9.1g 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:135.8kcal ZS:6.2g TZS:1.7g SZH:16.0g CK:3.2g FH:3.5g SÓ:0.3g</p> <p><b>Fasírt golyó (1;6;)</b> EN:242.6kcal ZS:18.6g TZS:2.8g SZH:9.8g CK:0.8g FH:8.3g SÓ:1.3g</p> <p><b>Kukoricafőzelék (1;7;)</b> EN:339.4kcal ZS:14.5g TZS:5.6g SZH:43.6g CK:13.1g FH:6.5g SÓ:1.2g</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:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Cukkinikrémleves (1;7;)</b> EN:114.1kcal ZS:7.2g TZS:2.2g SZH:9.7g CK:0.6g FH:2.4g SÓ:0.9g</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 (ananász, csirkecomb filé)</b> EN:124.3kcal ZS:5.7g TZS:1.2g SZH:5.0g CK:0.6g FH:12.3g SÓ:1.1g</p> <p><b>Rizs köret</b> EN:282.6kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:53.9g CK:0.0g FH:4.9g SÓ:0.2g</p>	<p><b>Tojásleves (1;3;)</b> EN:120.4kcal ZS:8.6g TZS:1.4g SZH:7.2g CK:0.0g FH:3.4g SÓ:0.2g</p> <p><b>Szárnyashúsos rakott vegyes zöldség (7;)</b> EN:175.1kcal ZS:10.6g TZS:2.9g SZH:6.7g CK:3.4g FH:11.5g SÓ:0.3g</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>Csicskeriborsós zöldségleves (1;3;7;9;)</b> EN:244.4kcal ZS:12.5g TZS:4.9g SZH:20.7g CK:2.3g FH:9.2g SÓ:0.3g</p> <p><b>Leccsó sertésragu</b> EN:122.2kcal ZS:4.4g TZS:1.5g SZH:2.5g CK:0.0g FH:16.9g SÓ:0.6g</p> <p><b>Bulgur köret (1;)</b> EN:260.9kcal ZS:6.7g TZS:0.6g SZH:42.0g CK:6.0g FH:7.8g SÓ:0.2g</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:101.1kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:7.7g SÓ:0.4g</p> <p><b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g</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:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g</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:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű 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</p> <p><b>Kaliforniai paprika</b> EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Körözött (7;)</b> EN:52.8kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:0.7g FH:3.6g SÓ:0.3g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g</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>