

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
Tízórai		Kakaó (7;) EN:134.4kcal ZS:5.8g TZS:3.7g SZH:14.3g CK:14.2g FH:6.0g SÓ:0.3g Napraforgómag EN:29.2kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:0.6g CK:0.1g FH:1.0g Natúr vajkrém (7;) EN:52.2kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:0.9g CK:0.3g FH:0.4g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Csicseriborsó krém (7;) EN:76.7kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:4.7g CK:0.6g FH:2.3g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:130.3kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:27.1g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.8g	Gyümölcs tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Lapka sajt (7;) EN:113.6kcal ZS:9.4g TZS:6.4g SZH:1.3g CK:1.3g FH:6.0g SÓ:0.9g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:130.3kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:27.1g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.8g	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Póréhagymás tojáskrém (3;7;) EN:58.9kcal ZS:4.8g TZS:2.4g SZH:0.5g CK:0.4g FH:2.3g SÓ:0.2g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Jégcsapretek EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g
Ebéd		Sertés gulyásleves (1;3;9;12;) EN:157.5kcal ZS:7.2g TZS:1.3g SZH:13.0g CK:0.0g FH:8.9g SÓ:0.3g Tejben dara (1;7;) EN:243.2kcal ZS:3.4g TZS:2.0g SZH:42.4g CK:13.2g FH:9.8g SÓ:0.2g Kakaó szórát EN:78.8kcal ZS:2.1g TZS:1.3g SZH:11.3g CK:9.8g FH:2.2g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:52.1kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.9g CK:0.0g FH:1.5g SÓ:0.3g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:151.0kcal ZS:2.8g TZS:2.3g SZH:28.1g CK:22.8g FH:2.0g SÓ:0.2g Csirkepaprikás (1;7;) EN:174.5kcal ZS:10.5g TZS:3.9g SZH:5.1g CK:1.0g FH:14.1g SÓ:0.2g Copfocska tészta (1;) EN:268.6kcal ZS:7.2g TZS:0.9g SZH:43.2g CK:2.1g FH:7.3g SÓ:0.2g Káposztasaláta EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:130.4kcal ZS:5.9g TZS:0.9g SZH:11.7g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.2g Sajttal töltött pulykaérme (1;6;7;) EN:351.7kcal ZS:21.8g TZS:4.9g SZH:21.4g CK:1.0g FH:13.2g SÓ:2.2g Burgonyapüré (7;12;) EN:183.8kcal ZS:3.0g TZS:1.4g SZH:30.4g CK:2.8g FH:5.6g SÓ:0.3g	Orjaleves EN:58.9kcal ZS:2.1g TZS:0.6g SZH:6.1g CK:2.4g FH:3.4g SÓ:0.3g Levesbetét tészta (1;) EN:51.7kcal ZS:2.0g TZS:0.2g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g Székelykáposzta (12;) EN:192.8kcal ZS:8.1g TZS:1.6g SZH:14.1g CK:0.0g FH:14.9g SÓ:1.0g Tejföl öntet (7;) EN:27.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:0.7g CK:0.7g FH:0.6g SÓ:0.0g Félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:52.1kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.9g CK:0.0g FH:1.5g SÓ:0.3g
Uzsonna		Mátrai csemege szalámi EN:72.0kcal ZS:6.7g TZS:2.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Natúr sajtkrém (7;) EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Sült csirkehúskrém (7;) EN:65.3kcal ZS:6.0g TZS:2.7g SZH:0.4g CK:0.3g FH:2.4g SÓ:0.2g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g Kaliforniai paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Mákos búrkifli (1;7;) EN:199.5kcal ZS:9.5g TZS:3.5g SZH:25.0g CK:9.0g FH:3.5g SÓ:0.3g Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g