

	Hétfő 01.19	Kedd 01.20	Szerda 01.21	Csütörtök 01.22	Péntek 01.23
<b>Tízórai</b>	<b>Karamellás tej (7;)</b> EN:132.4kcal ZS:5.6g TZS:4.0g SZH:14.0g CK:14.0g FH:6.6g SÓ:0.2g <b>Pozsonyi pulyka sonka</b> EN:16.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:0.7g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.5g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SÓ:0.1g <b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	<b>Gyümölcs tea</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Natúr sajtkrém (7;)</b> EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g <b>Lenmag</b> EN:22.7kcal ZS:1.5g TZS:0.1g FH:1.2g SÓ:0.0g	<b>Mézes tea</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Padlizsánkrém (3;7;10;)</b> EN:59.0kcal ZS:5.7g TZS:3.0g SZH:1.2g CK:0.6g FH:0.6g SÓ:0.2g <b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g <b>Jégcsapretek</b> EN:4.5kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:140.4kcal ZS:5.8g TZS:4.1g SZH:15.1g CK:15.0g FH:6.8g SÓ:0.2g <b>Sajtos baromfi párizsi (7;)</b> EN:36.8kcal ZS:3.2g TZS:1.0g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SÓ:0.1g <b>Teljeskiórlésű 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>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>Tonhalkrém (3;4;7;10;)</b> EN:62.3kcal ZS:5.4g TZS:2.2g SZH:0.6g CK:0.5g FH:2.8g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g
<b>Ebéd</b>	<b>Csontleves</b> EN:71.5kcal ZS:5.0g TZS:0.6g SZH:4.6g CK:2.0g FH:1.8g SÓ:0.3g <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:51.7kcal ZS:2.0g TZS:0.2g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g <b>Sertéspörkölt</b> EN:117.0kcal ZS:6.5g TZS:1.4g SZH:2.4g CK:0.2g FH:11.0g SÓ:0.3g <b>Burgonyafőzelék (1;7;12;)</b> EN:276.1kcal ZS:9.8g TZS:3.7g SZH:36.7g CK:1.3g FH:6.0g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g	<b>Tojásleves (1;3;)</b> EN:77.3kcal ZS:5.0g TZS:0.8g SZH:5.7g CK:0.0g FH:2.2g SÓ:0.2g <b>Temesvári csirkeragu (1;7;)</b> EN:222.4kcal ZS:13.7g TZS:5.3g SZH:9.4g CK:2.2g FH:13.4g SÓ:0.4g <b>Bulgur köret (1;)</b> EN:252.6kcal ZS:5.8g TZS:0.5g SZH:42.0g CK:6.0g FH:7.8g SÓ:0.2g <b>Mandarin</b> EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g	<b>Májgaluska leves (1;3;)</b> EN:129.5kcal ZS:6.7g TZS:1.2g SZH:10.6g CK:1.6g FH:6.1g SÓ:0.3g <b>Császármorzsa (1;3;6;7;)</b> EN:572.9kcal ZS:11.3g TZS:4.8g SZH:102.0g FH:15.0g SÓ:0.0g <b>Baracköntet</b> EN:48.6kcal SZH:11.6g CK:10.2g	<b>Fokhagyma krémleves (1;7;)</b> EN:86.1kcal ZS:5.2g TZS:1.2g SZH:6.8g CK:3.5g FH:2.9g SÓ:0.3g <b>Pirított zsemlekocka (1;)</b> EN:40.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:8.3g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g <b>Tarhonyás hús sertés (1;)</b> EN:337.5kcal ZS:9.8g TZS:1.7g SZH:44.7g CK:2.3g FH:16.9g SÓ:0.5g <b>Cékla saláta (10;)</b> EN:8.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.2g CK:1.9g FH:0.7g SÓ:0.4g <b>Alma</b> EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	<b>Zöldborsóleves (1;3;)</b> EN:113.9kcal ZS:4.1g TZS:0.4g SZH:11.7g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.2g <b>Vadas csirkeragu (1;7;9;10;)</b> EN:190.6kcal ZS:10.4g TZS:2.8g SZH:9.5g CK:3.5g FH:13.9g SÓ:0.3g <b>Kuszkusz köret (1;)</b> EN:271.1kcal ZS:6.7g TZS:0.8g SZH:43.7g CK:1.8g FH:7.9g SÓ:0.2g
<b>Uzsonna</b>	<b>Magyaros szendvicskrém (7;)</b> EN:58.4kcal ZS:6.0g TZS:3.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.5g SÓ:0.2g <b>Stangli (1;6;7;13;)</b> EN:145.5kcal ZS:6.1g SZH:18.8g FH:2.8g SÓ:0.4g <b>Paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	<b>Olasz felvágott</b> EN:47.2kcal ZS:4.0g TZS:1.5g SZH:0.4g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.4g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SÓ:0.1g <b>Teljeskiórlésű 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>Kígyóuborka</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	<b>Sajtos pogácsa (1;3;7;)</b> EN:171.5kcal ZS:8.6g TZS:4.7g SZH:19.0g CK:0.7g FH:4.1g SÓ:1.1g	<b>Csicseriborsó krém (7;)</b> EN:76.7kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:4.7g CK:0.6g FH:2.3g SÓ:0.2g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g	<b>Kockasajt, zöldfűszeres (7;)</b> EN:83.1kcal ZS:7.4g TZS:2.9g SZH:1.2g CK:1.2g FH:3.0g SÓ:0.2g <b>Teljeskiórlésű 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>Kígyóuborka</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g