

<i>Hétfő</i> 2025.04.14	<i>Kedd</i> 2025.04.15.	<i>Szerda</i> 2025.04.16.	<i>Csütörtök</i> 2025.04.17.	<i>Péntek</i> 2025.04.18.
<p><b>Reggeli</b></p> <p>sajtos rúd 100g banán kakaó (07.) gyümölcs tea</p> <p>E:1 746(Kj) 418(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 56(g) Zsir: 6(g)Cuk: 34(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 342(mg)</p>	<p>félbarna kenyér 1kg/cs (01.) margarin-joghurtos (07.) marha párizsi kápia paprika kakaó (07.) citromos tea</p> <p>E:2 366(Kj) 566(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 65(g) Zsir: 16(g)Cuk: 37(g)Só:1,38(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 243(mg)</p>	<p>kenőmájás (10,09,06,07.) burgonyás kifli 50 g (01,07.) tv.paprika tejeskávé (07,01.) citromos limonádé</p> <p>E:2 516(Kj) 602(KCal) F: 15(g)Kol: 0(g)Sz: 68(g) Zsir: 14(g)Cuk: 40(g)Só:1,05(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 245(mg)</p>		
<p><b>Tízórai</b></p> <p>ivőjoghurt Jogobella 250g (07.)</p> <p>E: 341(Kj) 82(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 15(g) Zsir: 1(g)Cuk: 14(g)Só:0,13(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)</p>	<p>banán</p> <p>E: 395(Kj) 95(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 99(mg)</p>	<p>kakaó (07.)</p> <p>E:1 277(Kj) 306(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 243(mg)</p>		
<p><b>Ebéd</b></p> <p>pórékrémleves (09,07,01,03,10.) bakonyi pulykatokány (07,01,09,12.) főtt tészta (01,03.)</p> <p>E:1 492(Kj) 357(KCal) F: 18(g)Kol: 19(g)Sz: 40(g) Zsir: 14(g)Cuk: 2(g)Só:1,66(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 130(mg)</p>	<p>magyaros zöldborsóleves (09,01,03,07,10.) rakott burgonya-sertéshússal (07,01,03,09,10,12.)</p> <p>E:1 732(Kj) 414(KCal) F: 19(g)Kol:115(g)Sz: 32(g) Zsir: 23(g)Cuk: 3(g)Só:2,67(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 90(mg)</p>	<p>tárkonyos pulykaraguleves (09,07,01,03,10.) sajtos tejfölös szelet (01,07.) párolt rizs</p> <p>E:2 121(Kj) 507(KCal) F: 25(g)Kol: 39(g)Sz: 48(g) Zsir: 25(g)Cuk: 2(g)Só:1,23(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 149(mg)</p>		
<p><b>Üzsonna</b></p> <p>rozsos zsemle TK (01.) sajtkrém-natúr (07.) pulyka veronai hónaposretek</p> <p>E: 658(Kj) 157(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 4(g)Cuk: 2(g)Só:0,64(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 152(mg)</p>	<p>csokis croissant</p>	<p>áfonyás szív (01.) alma</p> <p>E:7 791(Kj) 1 864(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz:203(g) Zsir:105(g)Cuk: 55(g)Só:2,55(g) Tel.Zs: 55(g)Ca: 2(mg)</p>		