

Hétfő 2025.03.24	Kedd 2025.03.25.	Szerda 2025.03.26.	Csütörtök 2025.03.27.	Péntek 2025.03.28.
Tízórai ízes sonka margarin-multivitaminos (07.) uborka vizes zsemle (01.) E: 843(Kj) 202(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 8(g)Cuk: 1(g)Só:0,90(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 11(mg)	teljes kiőrlésű túrós párna E:1 064(Kj) 255(KCal) F: 12(g)Kol:250(g)Sz: 25(g) Zsir: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,56(g) Tel.Zs: 27(g)Ca: 36(mg)	főtt tojás (03.) tejeskifli (01,07.) margarin-vajjű (07.) uborka E: 478(Kj) 114(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 24(mg)	sajtos turista (07.) rozskenyér TK (01.) margarin-multivitaminos (07.) tv.paprika E: 338(Kj) 81(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,24(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 24(mg)	
Ebéd paraszttészta leves (09,01,03,12,07,10.) borsos sertéstokány (09,12,01,03,07,10.) főtt tészta (01,03.) E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 25(g)Kol: 60(g)Sz: 67(g) Zsir: 26(g)Cuk: 1(g)Só:2,73(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 28(mg)	tojásleves (03,01,09,12,07,10.) paradicsomoskáposzta főzelék (01,03,07,09,10.) köményes sertéssült fehér kenyér szeletelt (01.) E:2 086(Kj) 499(KCal) F: 34(g)Kol:250(g)Sz: 42(g) Zsir: 25(g)Cuk: 16(g)Só:2,41(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 445(mg)	őszibarack krémleves (07,01.) bűboshús (03,01,07,09,10.) petrezselymes burgonya E:2 751(Kj) 658(KCal) F: 36(g)Kol:138(g)Sz: 71(g) Zsir: 26(g)Cuk: 20(g)Só:1,83(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 476(mg)	zöldség leves (09,01,03.) gombás marharagu (01,09,12.) nokedli (01,03.) E:2 789(Kj) 667(KCal) F: 21(g)Kol:107(g)Sz:117(g) Zsir: 41(g)Cuk: 43(g)Só:3,29(g) Tel.Zs: 18(g)Ca: 120(mg)	
Üzsonna fonott kalács (01,03,07.) margarin-multivitaminos (07.) alma E:1 718(Kj) 411(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 61(g) Zsir: 14(g)Cuk: 9(g)Só:0,83(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 525(mg)	pizzás csiga (01,07,03.) E:1 302(Kj) 311(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 18(g)Cuk: 4(g)Só:0,99(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 0(mg)	marha pászisi teavaj (07.) graham kenyér TK (01,03,06,07,08,11.) hónaposretek E:1 141(Kj) 273(KCal) F: 5(g)Kol: 46(g)Sz: 6(g) Zsir: 26(g)Cuk: 0(g)Só:0,91(g) Tel.Zs: 16(g)Ca: 22(mg)	tejeskifli (01,07.) kockasajt (07.) banán E:2 602(Kj) 623(KCal) F: 24(g)Kol:280(g)Sz: 67(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só:4,53(g) Tel.Zs: 43(g)Ca: 143(mg)	sós pereg 100g (01,03,07.) narancs E:1 449(Kj) 347(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 60(g) Zsir: 6(g)Cuk: 4(g)Só:1,50(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 44(mg)