

Hétfő 2023.04.03	Kedd 2023.04.04.	Szerda 2023.04.05.	Csütörtök 2023.04.06.	Péntek 2023.04.07.
Reggeli margarinos kenyér szeletelt (01,) eperlekvár gyümölcs tea - koll. E: 896(Kj) 214(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 50(g) Zsir: 0(g)Cuk: 44(g)Só:0,15(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	sós pereg 100g (01,03,07,) banán tejeskávé (07,01.) E:3 248(Kj) 777(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz:119(g) Zsir: 12(g)Cuk: 34(g)Só:1,52(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 405(mg)	sajtos sertés párizsi (01,03,06,07,) teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) margarin-multivitaminos (07,) tv.paprika kakaó (07.) E:3 344(Kj) 800(KCal) F: 22(g)Kol: 45(g)Sz: 77(g) Zsir: 32(g)Cuk: 30(g)Só:2,66(g) Tel.Zs: 14(g)Ca: 276(mg)		
Ebéd tavaszi leves (09,01,03,07,10,) pulyka aprópecsenye (01,03,07,09,10,) tarhonya (01,03,07,09,10.) E:3 354(Kj) 802(KCal) F: 54(g)Kol: 72(g)Sz: 83(g) Zsir: 27(g)Cuk: 4(g)Só:3,52(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 37(mg)	grízgaluska leves (01,03,09,07,10,) sárgarépa főzelék (01,03,07,09,10,) csirkemájás-sertésfasírt (01,03,06,07,08,11,09,10.) E:2 659(Kj) 636(KCal) F: 31(g)Kol:325(g)Sz: 60(g) Zsir: 32(g)Cuk: 10(g)Só:7,42(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 115(mg)	erőleves (09,01,03,07,10,06,) főtt sertésbűs almamártás (01,07,) párolt rizs 1/2 adag E:2 745(Kj) 657(KCal) F: 39(g)Kol: 6(g)Sz: 85(g) Zsir: 21(g)Cuk: 34(g)Só:1,45(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 45(mg)		
Vacsora pizza sonkás-sajtos (01,06,10,09,07,) gyümölcs tea - koll. E:1 440(Kj) 344(KCal) F: 29(g)Kol: 32(g)Sz: 92(g) Zsir: 17(g)Cuk: 13(g)Só:0,99(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 193(mg)	burgonyás tészta (09,12,01,03,) csemege uborka gyümölcs tea - koll. E:2 486(Kj) 595(KCal) F: 17(g)Kol: 0(g)Sz:110(g) Zsir: 8(g)Cuk: 8(g)Só:3,77(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 15(mg)			