

<i>Hétfő</i> 2023.02.27	<i>Kedd</i> 2023.02.28.	<i>Szerda</i> 2023.03.01.	<i>Csütörtök</i> 2023.03.02.	<i>Péntek</i> 2023.03.03.
Reggeli sajtos sertés párizsi (01,03,06,07,) margarin-vajfízü (07,) teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) paradicsom kakaó (07,) E:3 113(Kj) 745(KCal) F: 21(g)Kol: 45(g)Sz: 77(g) Zsir: 26(g)Cuk: 30(g)Só:2,54(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 270(mg)	teljeskiőrlésű sós fonott (01,03,06,07,08,11,) tejeskávé (07,01,) E:2 563(Kj) 613(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 90(g) Zsir: 8(g)Cuk: 33(g)Só:5,54(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 240(mg)	sajtos kifli (01,03,07,08,06,11,) kockasajt (07,) alma gyümölcs tea - koll. E:2 678(Kj) 641(KCal) F: 24(g)Kol:280(g)Sz: 75(g) Zsir: 30(g)Cuk: 7(g)Só:4,00(g) Tel.Zs: 18(g)Ca: 35(mg)	édes omlós pogácsa (01,07,03,) kakaó (07,) E:2 674(Kj) 640(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz: 72(g) Zsir: 21(g)Cuk: 37(g)Só:0,62(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 243(mg)	virslis roppanós ketchup fehér kenyér (01,03,06,07,08,11,) gyümölcs tea - koll. E:1 977(Kj) 473(KCal) F: 15(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsir: 14(g)Cuk: 18(g)Só:3,56(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 19(mg)
Ebéd paradicsom leves (01,03,07,09,10,) tavaszi csirketokány (01,03,07,09,10,) főtt tészta (01,03,) E:3 228(Kj) 772(KCal) F: 41(g)Kol: 36(g)Sz:117(g) Zsir: 18(g)Cuk: 23(g)Só:2,68(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 21(mg)	kiskocka leves (01,03,09,07,10,12,) finomfőzelék (01,03,07,09,10,) rántott csirkemellfilé (01,03,06,07,08,11,) fehér kenyér szeletelt (01,03,06,07,08,11,) E:3 331(Kj) 797(KCal) F: 67(g)Kol: 72(g)Sz: 94(g) Zsir: 18(g)Cuk: 21(g)Só:8,12(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 153(mg)	sertés raguleves (09,01,03,07,10,) juci pite (08,01,07,03,) E:3 473(Kj) 831(KCal) F: 31(g)Kol:283(g)Sz:180(g) Zsir: 31(g)Cuk: 92(g)Só:1,41(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 105(mg)	marha gulyásleves (09,01,03,07,10,12,) főtt sertéshús burgonyapüré (07,) E:3 331(Kj) 797(KCal) F: 54(g)Kol: 36(g)Sz: 66(g) Zsir: 33(g)Cuk: 5(g)Só:2,49(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 107(mg)	zöldség leves (01,03,09,) székelykáposzta-sertéshússal (09,12,07,) fehér kenyér szeletelt (01,03,06,07,08,11,) E:3 077(Kj) 736(KCal) F: 29(g)Kol: 83(g)Sz: 73(g) Zsir: 35(g)Cuk: 1(g)Só:3,12(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 131(mg)
Vacsora pizza sonkás-sajtos (07,06,10,09,01,) gyümölcs tea - koll. E:1 312(Kj) 314(KCal) F: 27(g)Kol: 32(g)Sz: 87(g) Zsir: 17(g)Cuk: 13(g)Só:0,99(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 193(mg)	paprikásburgonya-lecsókolbásszal (09,12,01,03,07,10,) csemege uborka gyümölcs tea - koll. E:2 554(Kj) 611(KCal) F: 17(g)Kol: 80(g)Sz: 59(g) Zsir: 33(g)Cuk: 8(g)Só:5,73(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 55(mg)	túrós gombóc-édes tejföllel (01,03,07,06,08,11,) gyümölcs tea - koll. E:4 530(Kj) 1 084(KCal) F: 29(g)Kol: 64(g)Sz:156(g) Zsir: 40(g)Cuk: 47(g)Só:1,79(g) Tel.Zs: 22(g)Ca: 215(mg)	retro szendvics (07,03,01,06,08,11,) alma gyümölcs tea - koll. E:2 664(Kj) 637(KCal) F: 28(g)Kol:250(g)Sz: 86(g) Zsir: 19(g)Cuk: 7(g)Só:4,21(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 25(mg)	