

<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-vajjízú (07,) teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) paradicsom kakaó (07,) E:2 812(Kj) 673(KCal) F: 19(g)Kol: 30(g)Sz: 77(g) Zsir: 19(g)Cuk: 30(g)Só:2,11(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 270(mg)	teljeskiőrlésű sós fonott (01,03,06,07,08,11,) tejeskávé (01,07,) 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:1 844(Kj) 441(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz: 62(g) Zsir: 14(g)Cuk: 13(g)Só:3,11(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 19(mg)
Ebéd				
Vacsora pizza sonkás-sajtos (07,01,06,10,09,) gyümölcs tea - koll. E:1 137(Kj) 272(KCal) F: 23(g)Kol: 27(g)Sz: 71(g) Zsir: 15(g)Cuk: 12(g)Só:0,87(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 160(mg)	paprikásburgonya-lecsókolbásszal (09,12,01,03,07,10,) csemege uborka gyümölcs tea - koll. E:1 791(Kj) 428(KCal) F: 12(g)Kol: 60(g)Sz: 39(g) Zsir: 24(g)Cuk: 8(g)Só:3,92(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 37(mg)	túrós gombóc-édes tejföllel (07,01,03,06,08,11,) gyümölcs tea - koll. E:2 934(Kj) 702(KCal) F: 19(g)Kol: 40(g)Sz:103(g) Zsir: 25(g)Cuk: 33(g)Só:1,14(g) Tel.Zs: 14(g)Ca: 135(mg)	retro szendvics (01,03,06,07,08,11,) alma gyümölcs tea - koll. E:1 793(Kj) 429(KCal) F: 17(g)Kol:125(g)Sz: 62(g) Zsir: 12(g)Cuk: 7(g)Só:2,72(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 15(mg)	