

Hétfő 2023.03.27	Kedd 2023.03.28.	Szerda 2023.03.29.	Csütörtök 2023.03.30.	Péntek 2023.03.31.
Tízórai teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) margarin-vajjízű (07,) sajtos sertés párizsi (01,03,06,07,) uborka kakaó (07,) citromos tea E:2 294(Kj) 549(KCal) F: 14(g)Kol: 23(g)Sz: 60(g) Zsir: 15(g)Cuk: 37(g)Só:1,28(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 260(mg)	túrós virág (01,03,07,06,08,11,) tejeskávé (07,01,) gyümölcs tea E:2 390(Kj) 572(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 62(g) Zsir: 16(g)Cuk: 57(g)Só:1,63(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 268(mg)	graham zsemle TK (01,03,06,07,08,11,) vajkrém natúr (07,) zöldséges felvágott tv.paprika kakaó (07,) gyümölcs tea E:2 626(Kj) 628(KCal) F: 17(g)Kol: 0(g)Sz: 68(g) Zsir: 19(g)Cuk: 35(g)Só:1,36(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 281(mg)	rozkenyér TK (01,03,06,07,08,11,) tojáskrém (03,10,07,) kápia paprika epres tej (07,) citromos tea E:2 239(Kj) 536(KCal) F: 14(g)Kol:125(g)Sz: 65(g) Zsir: 11(g)Cuk: 38(g)Só:0,97(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 265(mg)	csirkemájpástétom (07,) kornspitz TK (01,06,03,07,08,11,) tv.paprika tejeskávé (07,01,) gyümölcs tea E:2 427(Kj) 581(KCal) F: 17(g)Kol:129(g)Sz: 68(g) Zsir: 14(g)Cuk: 34(g)Só:0,71(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 273(mg)
Ebéd tárkonyos pulykaraguleves (09,07,01,03,10,) lekváros derelye (01,03,07,05,06,08,11,) E:2 180(Kj) 521(KCal) F: 17(g)Kol: 14(g)Sz: 77(g) Zsir: 14(g)Cuk: 7(g)Só:1,21(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 24(mg)	tarhonya leves (01,03,09,12,07,10,) zöldbab főzelék (07,01,) búbos hús (03,01,06,07,08,11,09,10,) rozkenyér TK - főzelékhez (01,03,06,07,08,11,) E:2 100(Kj) 502(KCal) F: 32(g)Kol:128(g)Sz: 49(g) Zsir: 21(g)Cuk: 3(g)Só:2,47(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 173(mg)	zellerkrémleves pirított zöldségekkel (09,07,01,03,10,) párizsi pulykamellfilé (03,01,07,) rizi-bizi (01,03,07,09,10,) őszibarack befőtt E:2 363(Kj) 565(KCal) F: 27(g)Kol: 52(g)Sz: 55(g) Zsir: 36(g)Cuk: 9(g)Só:1,28(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 42(mg)	fahéjas almaleves (01,07,) harcsapaprikás (07,01,09,12,) nokedli (01,03,) E:2 022(Kj) 484(KCal) F: 33(g)Kol: 6(g)Sz: 96(g) Zsir: 11(g)Cuk: 21(g)Só:1,55(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 161(mg)	marha gulyásleves (09,01,03,07,10,12,) sajtos-tejfölös spagetti (07,01,03,) E:2 111(Kj) 505(KCal) F: 24(g)Kol: 76(g)Sz: 48(g) Zsir: 24(g)Cuk: 2(g)Só:2,35(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 290(mg)
Uzsonna tejeskifli (01,03,07,06,08,11,) sajtkrém-natúr (07,) alma E: 880(Kj) 210(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 5(g)Cuk: 2(g)Só:0,71(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 196(mg)	szezámgyöngy zsemle (01,03,11,06,07,08,) margarin-vajjízű (07,) lapka sajt (07,) tv.paprika E:1 635(Kj) 391(KCal) F: 15(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 23(g)Cuk: 4(g)Só:3,02(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 30(mg)	áfonyás kornspitz TK (01,03,06,07,08,11,) E:1 234(Kj) 295(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 14(g)Cuk: 8(g)Só:0,90(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)	gyümölcs joghurt (07,) tejeskifli (01,03,07,06,08,11,) E:3 976(Kj) 951(KCal) F: 40(g)Kol: 13(g)Sz:127(g) Zsir: 31(g)Cuk: 95(g)Só:1,70(g) Tel.Zs: 19(g)Ca: 182(mg)	baconos-szezámgyöngy rúd (01,03,07,11,06,08,) E: 913(Kj) 219(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 14(g) Zsir: 16(g)Cuk: 1(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 0(mg)