

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Reggeli burgonyás kifli 50 g (01,07,) margarin-joghurtos (07,) trappista sajt (07,) tv.paprika kakaó (07,) gyümölcs tea E:2 496(Kj) 597(KCal) F: 18(g)Kol: 27(g)Sz: 62(g) Zsir: 19(g)Cuk: 37(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 396(mg)	vajkrém-zöldfűszeres (07,) zabpelyhes zsemle (01,) zöldséges felvágott tejeskávé (07,01,) gyümölcs tea E:1 882(Kj) 450(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 16(g)Cuk: 35(g)Só:0,72(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 246(mg)	graham kenyér TK (01,03,06,07,08,11,) margarin-joghurtos (07,) zala felvágott kápia paprika kakaó (07,) gyümölcs tea E:1 840(Kj) 440(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 15(g)Cuk: 34(g)Só:0,60(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 251(mg)	tejeskifli (01,07,) kockasajt (07,) jégcsapretek kisdobozos kakaó 200ml (07,) gyümölcs tea E:1 674(Kj) 401(KCal) F: 17(g)Kol:140(g)Sz: 47(g) Zsir: 16(g)Cuk: 15(g)Só:2,66(g) Tel.Zs: 34(g)Ca: 18(mg)	csirkemájpástétom (07,) vizes zsemle (01,) uborka epres tej (07,) gyümölcs tea E:2 276(Kj) 544(KCal) F: 15(g)Kol:107(g)Sz: 64(g) Zsir: 13(g)Cuk: 35(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 250(mg)
Tízórai alma E: 58(Kj) 14(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg)	kakaó (07,) E:1 277(Kj) 306(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 243(mg)	szilva E: 109(Kj) 26(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 7(mg)	gyümölcs joghurt (07,) E:3 440(Kj) 823(KCal) F: 36(g)Kol: 13(g)Sz:103(g) Zsir: 30(g)Cuk: 94(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 19(g)Ca: 156(mg)	alma E: 58(Kj) 14(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg)
Ebéd zellerkrémleves pirított zöldségekkel (09,07,01,03,10,) édes-savanyú pulykamell (01,03,07,09,10,) bulgur (01,03,07,09,10,) E:1 004(Kj) 240(KCal) F: 17(g)Kol: 2(g)Sz: 44(g) Zsir: 5(g)Cuk: 5(g)Só:1,01(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 15(mg)	tavaszi leves (09,01,03,07,10,) sárgaborsó főzelék (01,03,07,09,10,) sertéspörkölt (09,12,01,03,07,10,) rozskenyér TK - főzelékhez (01,) E:1 363(Kj) 326(KCal) F: 19(g)Kol: 38(g)Sz: 28(g) Zsir: 18(g)Cuk: 2(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 47(mg)	májgaluska leves (09,01,03,07,10,) bácskai rizseshús (09,12,) káposzta saláta E:1 342(Kj) 321(KCal) F: 11(g)Kol: 29(g)Sz: 38(g) Zsir: 14(g)Cuk: 5(g)Só:1,61(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 29(mg)	tejfölös gombaleves (01,09,07,03,) sajtos tejfölös szelet (01,07,) tört burgonya E:1 651(Kj) 395(KCal) F: 20(g)Kol: 29(g)Sz: 29(g) Zsir: 24(g)Cuk: 1(g)Só:2,01(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 159(mg)	lencsegulyás-sertéshússal (09,12,01,03,07,10,) kakaós keltkalács (03,07,01,) E:1 483(Kj) 355(KCal) F: 22(g)Kol: 51(g)Sz: 84(g) Zsir: 13(g)Cuk: 25(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 113(mg)
Uzsonna graham kenyér TK (01,03,06,07,08,11,) sajtkrém-natúr (07,) bécsi felvágott uborka E: 291(Kj) 70(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:0,29(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 150(mg)	túrós táska (01,07,) banán E:1 763(Kj) 422(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 53(g) Zsir: 19(g)Cuk: 2(g)Só:0,46(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 123(mg)	szilvás-tepertős papucs (01,03,07,) túró rudi (07,06,05,) E:1 878(Kj) 449(KCal) F: 6(g)Kol: 12(g)Sz: 57(g) Zsir: 20(g)Cuk: 26(g)Só:1,82(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 88(mg)	teljeskiörlésű búzakenyér (01,) sajtos turista (07,) uborka margarin-joghurtos (07,) E: 262(Kj) 63(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,17(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 14(mg)	omlóskecska-áfonyás TK (01,07,03,) nutribella fahéjas-teljeskiörlésű keksz (01,07,06,11,08,) E:1 559(Kj) 373(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 17(g)Cuk: 29(g)Só:0,50(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg)