

<i>Hétfő</i> 2025.05.19	<i>Kedd</i> 2025.05.20.	<i>Szerda</i> 2025.05.21.	<i>Csütörtök</i> 2025.05.22.	<i>Péntek</i> 2025.05.23.
Tízórai félbarna kenyér 1kg/cs (01,) csemege túrista margarin-joghurtos (07,) uborka E:1 857(Kj) 444(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 53(g) Zsir: 20(g)Cuk: 0(g)Só:2,32(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 5(mg)	tejeskifli (01,07,) margarin-multivitaminos (07,) marha párizsi tv.paprika E:1 262(Kj) 302(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 18(g)Cuk: 2(g)Só:1,39(g) Tel.Zs: 31(g)Ca: 15(mg)	tojásrántotta (03,07,) zabpelyhes zsemle (01,) tv.paprika E:1 661(Kj) 397(KCal) F: 23(g)Kol:758(g)Sz: 3(g) Zsir: 34(g)Cuk: 1(g)Só:0,61(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 90(mg)	ízes sonka burgonyás kifli 100 g (07,03,01,) sajtkrém-natúr (07,) E:13 662(Kj) 3 268(KCal) F:100(g)Kol: 0(g)Sz:542(g) Zsir: 70(g)Cuk: 53(g)Só:11,37(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 220(mg)	csirkemájpástétom (09,12,07,) korpás zsemle TK (11,01,03,06,07,08,) kápia paprika E:1 028(Kj) 246(KCal) F: 12(g)Kol:215(g)Sz: 29(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,95(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 1(mg)
Ebéd kiskocka leves (01,03,09,07,10,12,) húsos-spenótos penne (01,03,07,09,10,) alma E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 23(g)Kol: 55(g)Sz: 63(g) Zsir: 26(g)Cuk: 4(g)Só:3,25(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 83(mg)	májgaluska leves (09,01,03,07,10,) tökfőzelék (07,01,) sertéspörkölt (09,12,01,03,07,10,) rozskenyér TK - főzelékhez (01,) E:1 785(Kj) 427(KCal) F: 19(g)Kol: 66(g)Sz: 33(g) Zsir: 30(g)Cuk: 5(g)Só:2,36(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 71(mg)	fahéjas almaleves (07,01,) rántott harcsa (01,03,06,07,08,11,) rizi-bizi (01,03,07,09,10,) őszibarack befőtt E:2 748(Kj) 657(KCal) F: 30(g)Kol: 65(g)Sz: 98(g) Zsir: 18(g)Cuk: 36(g)Só:1,80(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 270(mg)	zöldbab leves (01,03,07,09,10,) mustáros marharagu (10,07,01,03,09,) tarhonya (01,03,07,09,10,) túró rudi (07,06,05,) E:2 557(Kj) 612(KCal) F: 28(g)Kol: 73(g)Sz: 73(g) Zsir: 24(g)Cuk: 14(g)Só:1,97(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 129(mg)	frankfurtilves (07,01,09,12,03,10,) kakaós keltkalács (01,07,03,) E:1 789(Kj) 428(KCal) F: 21(g)Kol: 53(g)Sz:116(g) Zsir: 18(g)Cuk: 38(g)Só:1,57(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 147(mg)
Uzsonna almás csiga (01,) E:2 218(Kj) 531(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 64(g) Zsir: 28(g)Cuk: 13(g)Só:0,73(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 0(mg)	kockasajt (07,) vizes zsemle banán E:2 596(Kj) 621(KCal) F: 24(g)Kol:280(g)Sz: 68(g) Zsir: 28(g)Cuk: 1(g)Só:4,70(g) Tel.Zs: 18(g)Ca: 138(mg)	trappista sajt (07,) margarin-multivitaminos (07,) vizes zsemle (01,) hónaposretek E:1 319(Kj) 316(KCal) F: 14(g)Kol: 43(g)Sz: 26(g) Zsir: 17(g)Cuk: 1(g)Só:1,40(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 246(mg)	tejeskifli (01,07,) krémtúró milli (07,) E:7 600(Kj) 1 818(KCal) F: 73(g)Kol: 0(g)Sz:285(g) Zsir: 41(g)Cuk:252(g)Só:2,23(g) Tel.Zs: 27(g)Ca: 275(mg)	sajtos rúd 100g körte E: 51(Kj) 12(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 11(g) Zsir: 0(g)Cuk: 9(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 14(mg)