

Hétfő 2024.05.20	Kedd 2024.05.21.	Szerda 2024.05.22.	Csütörtök 2024.05.23.	Péntek 2024.05.24.
Reggeli	teljes kiőrlésű sonkás párna (01,07,03,) kakaó (07.) E:15 947(Kj) 3 815(KCal) F:100(g)Kol: 0(g)Sz:350(g) Zsir:206(g)Cuk: 41(g)Só:22,02(g) Tel.Zs: 93(g)Ca: 243(mg)	korpás zsemle TK (11,01,03,06,07,08,) margarin-vajjízű (07.) bécsi felvágott paradicsom tejeskávé (07,01.) E:2 879(Kj) 689(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 88(g) Zsir: 16(g)Cuk: 30(g)Só:1,26(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 240(mg)	gabonapehely mézes (01,06,) tej (07.) banán E:3 029(Kj) 725(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz:119(g) Zsir: 8(g)Cuk: 53(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 405(mg)	tejeskifli (01,03,07,06,08,11,) ivójoghurt Jogobella 250g (07.) E:1 414(Kj) 338(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 63(g) Zsir: 3(g)Cuk: 15(g)Só:1,13(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 52(mg)
Ebéd	erőleves (09,01,03,07,10,06,) chilis bab (01,03,07,09,10,06,) E:3 637(Kj) 870(KCal) F: 35(g)Kol: 38(g)Sz:126(g) Zsir: 25(g)Cuk: 18(g)Só:6,60(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 86(mg)	őszibarack krémleves (07,01,) rántott harcsa (01,03,06,07,08,11,) petrezselymes burgonya túró rudi (07,06,05,) E:3 891(Kj) 931(KCal) F: 41(g)Kol:117(g)Sz:112(g) Zsir: 36(g)Cuk: 38(g)Só:3,02(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 468(mg)	zöldborsó leves (09,01,03,07,10,) csirkepaprikás (09,12,01,03,07,10,) nokedli (01,03,) E:3 654(Kj) 874(KCal) F: 82(g)Kol: 71(g)Sz:149(g) Zsir: 23(g)Cuk: 5(g)Só:3,50(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 63(mg)	sertésbecsinált leves (09,01,07,03,10,) kókuszos-pudingos pite (01,03,07,) E:3 707(Kj) 887(KCal) F: 27(g)Kol:125(g)Sz:159(g) Zsir: 35(g)Cuk: 87(g)Só:2,16(g) Tel.Zs: 21(g)Ca: 247(mg)
Vacsora	tejberizs (07,) őszibarack befőtt citromos limonádé E:4 079(Kj) 976(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz:137(g) Zsir: 15(g)Cuk: 80(g)Só:0,38(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 480(mg)	lecsókolbász teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) ketchup citromos limonádé E:2 304(Kj) 551(KCal) F: 15(g)Kol: 60(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 18(g)Só:3,36(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 46(mg)	túrós gombóc-édes tejföllel (01,03,06,07,08,11,) citromos limonádé E:4 538(Kj) 1 086(KCal) F: 29(g)Kol: 64(g)Sz:157(g) Zsir: 40(g)Cuk: 47(g)Só:1,79(g) Tel.Zs: 22(g)Ca: 215(mg)	