

Étlap (kollégium 7-10 (reggeli,vacsora))

2024.05.13 - 2024.05.19.

Hétfő 2024.05.13	Kedd 2024.05.14.	Szerda 2024.05.15.	Csütörtök 2024.05.16.	Péntek 2024.05.17.
Reggeli kakaós csiga (01,03,07,06,08,11,) tej (07.) E:2 287(Kj) 547(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 55(g) Zsir: 20(g)Cuk: 35(g)Só:0,32(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 266(mg)	kenőmájás (10,09,06,07,) uborka teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) rostos őszibaracklé E:1 617(Kj) 387(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só:2,02(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 36(mg)	sajtos turista (07.) vizes zsemle (01,03,06,07,08,11,) margarin-vajjű (07.) kápia paprika citromos limonádé E: 997(Kj) 239(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsir: 6(g)Cuk: 8(g)Só:0,77(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 11(mg)	sajtos pereg 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)	vajkrém-magyaros (07.) paradicsom teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) citromos limonádé E:1 518(Kj) 363(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 56(g) Zsir: 10(g)Cuk: 8(g)Só:1,62(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 37(mg)
Ebéd				
Vacsora tejbegríz (01,07,) szórat kakaó-fahéj rostos őszibaracklé E:2 082(Kj) 498(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 63(g) Zsir: 8(g)Cuk: 46(g)Só:0,22(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 293(mg)	vaníliakrémés derelye (01,03,06,07,08,11,) citromos limonádé E:2 205(Kj) 528(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz:107(g) Zsir: 4(g)Cuk: 22(g)Só:0,24(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 5(mg)	vajkrém natúr (07.) teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) marha párizsi tv.paprika citromos limonádé banán E:2 464(Kj) 589(KCal) F: 15(g)Kol: 0(g)Sz: 85(g) Zsir: 19(g)Cuk: 8(g)Só:2,38(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 173(mg)	wimpi (01,03,07,08,06,11,) rostos őszibaracklé E:2 138(Kj) 512(KCal) F: 21(g)Kol: 27(g)Sz: 54(g) Zsir: 26(g)Cuk: 4(g)Só:2,23(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 205(mg)	