

Hétfő 2025.06.02	Kedd 2025.06.03.	Szerda 2025.06.04.	Csütörtök 2025.06.05.	Péntek 2025.06.06.
Tízórai trappista sajt (07.) margarin-joghurtos (07.) burgonyás kifli 50 g (01,07.) hónaposretek tejeskávé (01,07.) gyümölcs tea E:2 656(Kj) 635(KCal) F: 18(g)Kol: 32(g)Sz: 64(g) Zsir: 22(g)Cuk: 37(g)Só:1,07(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 420(mg)	túrós táska (01,07.) gyümölcs tea E:1 442(Kj) 345(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 19(g)Cuk: 10(g)Só:0,46(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 24(mg)	teljeskiőrlésű búzakenyér (01.) margarin-multivitaminos (07.) pulykamell sonka uborka kakaó (07.) gyümölcs tea E:1 774(Kj) 424(KCal) F: 12(g)Kol: 14(g)Sz: 37(g) Zsir: 13(g)Cuk: 34(g)Só:0,74(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 256(mg)	csirkemájpástétom (07.) vizes zsemle (01.) tv.paprika tejeskávé (01,07.) gyümölcs tea E:2 279(Kj) 545(KCal) F: 16(g)Kol:129(g)Sz: 63(g) Zsir: 13(g)Cuk: 35(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 249(mg)	teljeskiőrlésű virslisroló (01,03,06,07,08,11.) kakaó (07.) gyümölcs tea E:2 553(Kj) 611(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 54(g) Zsir: 27(g)Cuk: 34(g)Só:0,82(g) Tel.Zs: 14(g)Ca: 243(mg)
Ebéd csirkegulyásleves (09,01,03,07,10,12.) tejbegríz (01,07.) szórat kakaó-fahéj E:1 925(Kj) 461(KCal) F: 16(g)Kol: 11(g)Sz: 55(g) Zsir: 9(g)Cuk: 35(g)Só:0,85(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 228(mg)	kiskocka leves (01,03,09,07,10,12.) sárgaborsó főzelék (01,03,07,09,10.) sertéspörkölt (09,12,01,03,07,10.) rozskenyér TK - főzelékhez (01.) E:1 672(Kj) 400(KCal) F: 22(g)Kol: 44(g)Sz: 38(g) Zsir: 20(g)Cuk: 2(g)Só:1,09(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 48(mg)	tejfőlös gombaleves (01,09,07,03.) bácskai rizseshús (09,12.) káposzta saláta E:1 770(Kj) 423(KCal) F: 15(g)Kol: 38(g)Sz: 50(g) Zsir: 20(g)Cuk: 5(g)Só:2,34(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 55(mg)	erőleves (09,01,07,03,06,10.) olasz sültcsirkecomb (01,03,07,09,10.) burgonyapüré (07.) E:1 609(Kj) 385(KCal) F: 27(g)Kol: 36(g)Sz: 35(g) Zsir: 14(g)Cuk: 5(g)Só:1,24(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 39(mg)	májgaluska leves (09,01,03,07,10.) hajtogatottrétes-túrós (01,03,07.) E:1 256(Kj) 301(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 17(g)Cuk: 13(g)Só:0,84(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 4(mg)
Uzsonna füstöltizű olaszfelvágott rozskenyér TK (01.) vajkrém natúr (07.) kápia paprika E: 793(Kj) 190(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 13(g)Cuk: 1(g)Só:0,91(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 18(mg)	sajtos perec (01,07,03.) E:1 317(Kj) 315(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 9(g)Cuk: 8(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg)	tejeskifli (01,07.) kockasajt (07.) alma E:1 419(Kj) 340(KCal) F: 14(g)Kol:140(g)Sz: 38(g) Zsir: 15(g)Cuk: 2(g)Só:2,53(g) Tel.Zs: 34(g)Ca: 16(mg)	gyümölcs joghurt (07.) sajtos rúd 100g 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)	narancslé 100% 2 dl sajtrémes rúd (01,03,06,07,08,11.) E:2 967(Kj) 710(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz:114(g) Zsir: 22(g)Cuk: 90(g)Só:0,60(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 0(mg)