













Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
10 reggeli	Tea Kenyér graham Margarin 4		Tea Kenyér graham Vajkrém natur	Tej Kalács fahéjas	Tea Kenyér graham Libazsír
	energia: 326Kcal/1363KJ fehérje: 8,8g zsír/telített: 0,3g/0g szénhidrát: 51,4g cukor: 5,5g só: 0,96g 	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 273Kcal/1141KJ fehérje: 8,7g zsír/telített: 0,2g/0g szénhidrát: 51,3g cukor: 5,5g só: 0,71g 	energia: 339Kcal/1419KJ fehérje: 42,7g zsír/telített: 14,8g/0g szénhidrát: 218,2g cukor: 8,3g só: 0,22g 	energia: 458Kcal/1914KJ fehérje: 8,8g zsír/telített: 20,0g/0g szénhidrát: 51,3g cukor: 5,5g só: 0,71g 
11 ebéd	Zöldségleves 4. Paprikás burgonya 3. Csemegeuborka		Székelykáposzta 4. Isler	Daragaluska leves 4. Sajtos csirkemell 4. Párolt rizs 4. Csemegeuborka	Zöldbabfőzelék 4. Sült sertés comb 4. Tarhonyaleves 4.
	energia: 712Kcal/2980KJ fehérje: 28,2g zsír/telített: 9,3g/0g szénhidrát: 102,9g cukor: 1,2g só: 2,39g 	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 311Kcal/1303KJ fehérje: 24,3g zsír/telített: 0,6g/0g szénhidrát: 13,1g cukor: 0,3g só: 1,96g 	energia: 738Kcal/3087KJ fehérje: 44,8g zsír/telített: 6,6g/0g szénhidrát: 83,1g cukor: 2,2g só: 1,21g 	energia: 520Kcal/2175KJ fehérje: 33,1g zsír/telített: 1,6g/0g szénhidrát: 55,1g cukor: 1,4g só: 0,23g 
09 uzsonna	Lekvár Kenyér graham		Sonkaszalámi Margarin 3 Kenyér graham Paprika	Müzlikeverék, natúr 100 g Banán	Krémtúró Kifli tejes
	energia: 713Kcal/2983KJ fehérje: 9,5g zsír/telített: 0,2g/0g szénhidrát: 47,1g cukor: 1,6g só: 0,73g 	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 319Kcal/1336KJ fehérje: 12,9g zsír/telített: 0,4g/0g szénhidrát: 46,3g cukor: 0,0g só: 0,94g 	energia: 501Kcal/2096KJ fehérje: 12,9g zsír/telített: 3,5g/0g szénhidrát: 102,7g cukor: 0,0g só: 0,82g 	energia: 156Kcal/652KJ fehérje: 155,8g zsír/telített: 1,1g/0g szénhidrát: 13,2g cukor: 1,8g só: 0,13g 
	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só: 0,00g