

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	Tea - Margarin Kopé szelet Kenyér graham	Kakaó Briós	Tea - Margarin Kenyér graham Sajt tappista	Kenyér szeletelt forma Méz	Tea Vajkrém natur Kenyér szeletelt forma
	energia: 317Kcal/1326KJ szénhidrát: 53,4g fehérje: 10,1g cukor: 5,5g zsír/telített só.: 1,0g/0g 2,16g 	energia: 816Kcal/3415KJ szénhidrát: 148,0g fehérje: 20,7g cukor: 86,7g zsír/telített só.: 10,1g/4g 3,08g 	energia: 419Kcal/1754KJ szénhidrát: 53,8g fehérje: 18,4g cukor: 5,5g zsír/telített só.: 7,1g/0g 2,24g 	energia: 298Kcal/1246KJ szénhidrát: 77,3g fehérje: 10,1g cukor: 24,0g zsír/telített só.: 1,0g/5g 2,02g 	energia: 291Kcal/1216KJ szénhidrát: 58,3g fehérje: 10,2g cukor: 5,5g zsír/telített só.: 1,0g/5g 2,02g 
<b>Ebéd</b>	Zellerleves Borsós sertéstopány Tésztaöntet	Tarhonyaleves Fejtettbab főzelék Vagdaltpogácsa	Gulyásleves Tejberizs Kakaó szóra	BrokkolikréMLEVES Rántott csirkemell Főtt burgonya - Vitaminsaláta	Rántott leves Svédkolbász Párolt rizs
	energia: 671Kcal/2808KJ szénhidrát: 78,3g fehérje: 29,7g cukor: 1,1g zsír/telített só.: 3,4g/0g 0,67g 	energia: 770Kcal/3220KJ szénhidrát: 97,9g fehérje: 39,7g cukor: 0,9g zsír/telített só.: 2,3g/2g 0,79g 	energia: 871Kcal/3646KJ szénhidrát: 141,3g fehérje: 29,3g cukor: 69,0g zsír/telített só.: 10,4g/1g 0,38g 	energia: 742Kcal/3106KJ szénhidrát: 77,2g fehérje: 37,9g cukor: 0,2g zsír/telített só.: 8,4g/2g 0,16g 	energia: 750Kcal/3140KJ szénhidrát: 71,2g fehérje: 34,2g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 11,7g/0g 0,48g 
<b>Uzsonna</b>	Nutribella keksz Alma	Kifli graham Joghurt gyümölcs	Tavaszi felvágott Zsemle vizes	Sajtos rúd	Sajt mackó Kifli tejes
	energia: 109Kcal/456KJ szénhidrát: 22,6g fehérje: 0,6g cukor: 25,4g zsír/telített só.: 1,2g/0g 0,02g 	energia: 148Kcal/619KJ szénhidrát: 11,5g fehérje: 18,8g cukor: 0,6g zsír/telített só.: 1,2g/0g 0,13g 	energia: 155Kcal/647KJ szénhidrát: 32,9g fehérje: 5,5g cukor: 0,1g zsír/telített só.: 0,4g/0g 0,17g 	energia: 504Kcal/2109KJ szénhidrát: 43,2g fehérje: 9,1g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 31,1g/0g 0,00g 	energia: 271Kcal/1132KJ szénhidrát: 13,2g fehérje: 9,8g cukor: 0,6g zsír/telített só.: 12,8g/0g 1,52g 
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 