

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zsemle rozsos Margarin Rama extra Zala felvágott TV Paprika	Kifli graham Sajt mackó	Zsemle vizes Tojáskrém 100 g	Margarin Rama vajízú Zsemle szezámmagos Sajt tappista	Zsemle rozsos Kenőmájás Kigyóuborka
	energia: 404Kcal/1692KJ szénhidrát: 20,9g fehérje: 5,3g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,7g/0g 0,42g 	energia: 156Kcal/652KJ szénhidrát: 18,4g fehérje: 7,6g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 12,5g/0g 1,61g 	energia: 253Kcal/1059KJ szénhidrát: 25,2g fehérje: 13,2g cukor: 0,1g zsír/telített só.: 6,3g/0g 1,17g 	energia: 624Kcal/2613KJ szénhidrát: 33,7g fehérje: 13,6g cukor: 0,1g zsír/telített só.: 6,4g/0g 0,63g 	energia: 131Kcal/549KJ szénhidrát: 21,3g fehérje: 10,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 8,9g/0g 0,84g
Ebéd	Tárkonyos sertésraguleves Darás metélt Lekvár	Zöldségleves Párolt rizs Zöldbabos csirke	Paradicsomleves Bulgur Zöldségköret Rántott halfilé	Karalábéleves Tarhonyás hús Csemegeuborka	Zöldborsóleves Burgonyafőzelék Sertéspörkölt
	energia: 643Kcal/2692KJ szénhidrát: 97,4g fehérje: 32,1g cukor: 9,9g zsír/telített só.: 3,4g/0g 0,12g 	energia: 558Kcal/2335KJ szénhidrát: 75,5g fehérje: 28,8g cukor: 1,2g zsír/telített só.: 3,0g/0g 0,21g 	energia: 747Kcal/3125KJ szénhidrát: 108,2g fehérje: 32,5g cukor: 4,3g zsír/telített só.: 12,1g/0g 0,41g 	energia: 651Kcal/2725KJ szénhidrát: 74,7g fehérje: 35,0g cukor: 8,4g zsír/telített só.: 5,5g/0g 1,22g 	energia: 723Kcal/3026KJ szénhidrát: 64,1g fehérje: 39,8g cukor: 1,7g zsír/telített só.: 1,5g/0g 0,10g
Uzsonna	Vajkrém magyaros Zsemle Búzacsírás	Alma Teljeskiőrlésű keksz	Joghurt gyümölcs Kifli graham	Párizsi Paninni Retek jégcsap	Mákos Rigó
	energia: 29Kcal/120KJ szénhidrát: 24,4g fehérje: 4,1g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,8g/0g 0,98g 	energia: 4251Kcal/17786 szénhidrát: 783,4g fehérje: 98,1g cukor: 3,1g zsír/telített só.: 28,0g/0g 9,68g 	energia: 33Kcal/139KJ szénhidrát: 16,7g fehérje: 16,6g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,9g/0g 0,22g 	energia: 117Kcal/489KJ szénhidrát: 30,5g fehérje: 9,6g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 5,5g/0g 0,69g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,1g fehérje: 0,1g cukor: 0,1g zsír/telített só.: 0,1g/0g 0,10g
	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