

Hétfő 2024.04.08	Kedd 2024.04.09.	Szerda 2024.04.10.	Csütörtök 2024.04.11.	Péntek 2024.04.12.
Reggeli sajtos sertés párizsi (01,03,06,07,) teljeskiőrlésű búzakenyér (01,03,06,07,08,11,) sajtkrém-natúr (07,) kápia paprika gyümölcs tea - koll. E:2 152(Kj) 515(KCal) F: 20(g)Kol: 45(g)Sz: 57(g) Zsir: 21(g)Cuk: 10(g)Só:2,88(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 357(mg)	teljeskiőrlésű vaníliás párna (01,03,06,07,08,11,) alma kakaó (07,) E:2 616(Kj) 626(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 76(g) Zsir: 18(g)Cuk: 38(g)Só:0,52(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 248(mg)	gabonapehely mézes (01,06,) tej (07,) E:2 371(Kj) 567(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 83(g) Zsir: 8(g)Cuk: 53(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 240(mg)	tejeskifli (01,03,07,06,08,11,) kenőmájás (10,09,06,07,) uborka tejeskávé (07,01,) E:3 322(Kj) 795(KCal) F: 23(g)Kol: 0(g)Sz: 82(g) Zsir: 21(g)Cuk: 32(g)Só:2,16(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 304(mg)	sajtos pereg banán kakaó (07,) E:1 935(Kj) 463(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 66(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 408(mg)
Ebéd zellerkrémleves pirított zöldségekkel (09,07,01,03,10,) levesgyöngy édes-savanyú pulykamell(01,03,07,09,10,) párolt rizs E:2 582(Kj) 618(KCal) F: 36(g)Kol: 4(g)Sz:103(g) Zsir: 19(g)Cuk: 12(g)Só:2,37(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 33(mg)	nyírségi gombóclevés (01,06,07,09,12,) sárgarépa főzelék (01,03,07,09,10,) csirkemájás-sertéfasírt (01,03,06,07,08,11,09,10,) fehér kenyér szeletelt (01,03,06,07,08,11,) E:3 756(Kj) 899(KCal) F: 37(g)Kol:275(g)Sz:117(g) Zsir: 32(g)Cuk: 13(g)Só:9,67(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 119(mg)	trópusi gyümölcsleves (01,07,) sült harcsafilé (01,) rizi-bizi (01,03,07,09,10,) E:3 693(Kj) 884(KCal) F: 50(g)Kol: 9(g)Sz:121(g) Zsir: 26(g)Cuk: 37(g)Só:2,58(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 516(mg)	kiskocka leves (01,03,09,07,10,12,) barackos-sajtos csirkemellfilé (07,) burgonyapüré (07,) E:3 631(Kj) 869(KCal) F: 68(g)Kol: 93(g)Sz: 74(g) Zsir: 29(g)Cuk: 13(g)Só:3,81(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 323(mg)	jakabgyulyás - marhahússal (07,09,01,03,12,10,) mákos tészta (01,03,) alma E:4 087(Kj) 978(KCal) F: 40(g)Kol: 45(g)Sz:132(g) Zsir: 31(g)Cuk: 27(g)Só:2,14(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 436(mg)
Vacsora rakott tészta sonkás-tejfölös (07,03,01,) gyümölcs tea - koll. E:6 942(Kj) 1 661(KCal) F: 52(g)Kol:227(g)Sz:121(g) Zsir: 98(g)Cuk: 37(g)Só:5,64(g) Tel.Zs: 40(g)Ca: 682(mg)	paprikásburgonya-lecsókolbásszal (01,03,07,09,10,12,) fehér kenyér szeletelt (01,03,06,07,08,11,) csemege uborka rostos őszibaracklé E:2 977(Kj) 712(KCal) F: 21(g)Kol: 80(g)Sz: 78(g) Zsir: 33(g)Cuk: 1(g)Só:7,57(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 62(mg)	sült csirkecomb burgonyapüré (07,) őszibarack befőtt gyümölcs tea - koll. E:3 044(Kj) 728(KCal) F: 47(g)Kol: 64(g)Sz: 73(g) Zsir: 25(g)Cuk: 26(g)Só:1,67(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 62(mg)	meleg szendvics (01,03,06,07,08,11,) rostos őszibaracklé E:3 351(Kj) 802(KCal) F: 37(g)Kol: 54(g)Sz: 95(g) Zsir: 28(g)Cuk: 9(g)Só:5,15(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 300(mg)	