

<i>Hétfő</i> 2025.05.05	<i>Kedd</i> 2025.05.06.	<i>Szerda</i> 2025.05.07.	<i>Csütörtök</i> 2025.05.08.	<i>Péntek</i> 2025.05.09.
Reggeli lapka sajt (07,) rozskenyér TK (01,) margarin-joghurtos (07,) uborka tejeskávé (07,01,) gyümölcs tea E:2 557(Kj) 612(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 29(g)Cuk: 39(g)Só:2,63(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 254(mg)	zala felvágott sajtos kifli (01,07,) margarin-multivitaminos (07,) tv.paprika gyümölcs tea E:1 484(Kj) 355(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 14(g)Cuk: 9(g)Só:1,41(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 27(mg)	tojásrántotta (03,07,) kaliforniai paprika vizes zsemle (01,) kakaó (07,) gyümölcs tea E:3 071(Kj) 735(KCal) F: 27(g)Kol:507(g)Sz: 62(g) Zsir: 31(g)Cuk: 35(g)Só:1,23(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 312(mg)	csirkemájpástétom (07,) zabpelyhes kifli (01,) jégcsapretek tejeskávé (07,01,) gyümölcs tea E:1 720(Kj) 412(KCal) F: 11(g)Kol:107(g)Sz: 37(g) Zsir: 12(g)Cuk: 34(g)Só:0,05(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 247(mg)	virslis roppanós ketchup lenmagvas kifli (01,) kakaó (07,) gyümölcs tea E:1 711(Kj) 409(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 12(g)Cuk: 36(g)Só:0,74(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 252(mg)
Tízórai alma E: 58(Kj) 14(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg)	kakaó (07,) E:1 277(Kj) 306(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 243(mg)	narancs E: 86(Kj) 21(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 22(mg)	gyümölcs joghurt (07,) 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)	alma E: 58(Kj) 14(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg)
Ébéd palócleves (09,12,01,07,03,10,) grízestészta-baracklekvár (01,03,)	tarhonya leves (01,03,09,12,07,10,) burgonyafőzelék (01,07,03,09,10,) stefániavagdalt (01,03,06,07,08,11,09,10,) rozskenyér TK - főzelékhez (01,) E:1 456(Kj) 348(KCal) F: 13(g)Kol: 19(g)Sz: 55(g) Zsir: 8(g)Cuk: 16(g)Só:0,69(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 19(mg)	zellerkrémleves pirított zöldségekkel (09,07,01,03,10,) sajtszósos halszelet (04,01,07,) párolt rizs E:1 098(Kj) 263(KCal) F: 10(g)Kol: 2(g)Sz: 56(g) Zsir: 10(g)Cuk: 1(g)Só:1,10(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 11(mg)	zöldborsó leves (09,01,03,07,10,) székelykáposzta-sertéshússal (07,09,12,) E:1 071(Kj) 256(KCal) F: 12(g)Kol: 33(g)Sz: 20(g) Zsir: 14(g)Cuk: 17(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 63(mg)	burgonyagulyás-sertéshússal (09,01,07,03,06,) meggyes-mákos kevertpité (03,01,07,) E:1 622(Kj) 388(KCal) F: 12(g)Kol: 38(g)Sz: 57(g) Zsir: 17(g)Cuk: 30(g)Só:0,88(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 240(mg)
Úzsonna búrkifli áfonyás (01,) tejszelet E:1 626(Kj) 389(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 22(g)Cuk: 11(g)Só:0,54(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 52(mg)	nutribella fahéjas-tejeskiörlésű keksz (01,07,06,11,08,) krém túró milli (07,) E:7 653(Kj) 1 831(KCal) F: 71(g)Kol: 0(g)Sz:276(g) Zsir: 47(g)Cuk:257(g)Só:1,70(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 264(mg)	sajtos turista (07,) margarin-multivitaminos (07,) paradicsom teljeskiörlésű búzakenyér (01,) E: 258(Kj) 62(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 5(g)Cuk:257(g)Só:1,18(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 10(mg)	briós (01,03,07,) alma túró rudi (07,06,05,) E:1 340(Kj) 321(KCal) F: 6(g)Kol: 12(g)Sz: 50(g) Zsir: 9(g)Cuk: 17(g)Só:0,48(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 90(mg)	baconos-szezámagos rúd (01,03,07,11,06,08,) E: 913(Kj) 219(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 14(g) Zsir: 16(g)Cuk: 1(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 0(mg)