

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
Tízórai	Tej (7;) EN:82.5kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:6.9g CK:6.9g FH:4.3g SÓ:0.2g Kenőmájás (sertés) EN:43.8kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.4g Császár zsemle (1;6;) EN:152.7kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.6g	Kakaó (7;) EN:113.8kcal ZS:2.9g TZS:1.8g SZH:15.5g CK:15.4g FH:5.7g SÓ:0.2g Margarinos méz (7;) EN:119.9kcal ZS:8.4g TZS:4.0g SZH:12.4g CK:12.4g FH:0.1g SÓ:0.0g Foszlós kalács (1;3;) EN:123.9kcal ZS:2.6g TZS:0.6g SZH:21.7g CK:2.8g FH:3.0g SÓ:0.3g	Tej (7;) EN:82.5kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:6.9g CK:6.9g FH:4.3g SÓ:0.2g Mákos rigó (1;) EN:167.0kcal ZS:2.6g SZH:30.5g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:1.9g	Gyümölcs tea EN:31.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.5g CK:7.5g FH:0.0g SÓ:0.0g Csirkemell sonka EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g vizes zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:82.5kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:6.9g CK:6.9g FH:4.3g SÓ:0.2g Gouda sajt (3;7;) EN:102.9kcal ZS:7.8g TZS:5.3g SZH:0.6g CK:0.6g FH:8.4g SÓ:0.6g Tönköly kifli (1;7;) EN:168.5kcal ZS:2.1g TZS:0.9g SZH:32.0g CK:1.4g FH:4.2g SÓ:0.6g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g
Ebéd	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:83.9kcal ZS:4.6g TZS:0.7g SZH:6.7g CK:0.3g FH:3.9g SÓ:1.5g Sült kolbász EN:171.0kcal ZS:15.0g TZS:6.5g SZH:0.2g FH:7.3g SÓ:1.0g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:208.0kcal ZS:5.7g TZS:2.2g SZH:24.1g CK:1.8g FH:11.1g SÓ:1.2g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g	Zöldbableves (1;7;) EN:97.7kcal ZS:7.0g TZS:4.1g SZH:5.9g CK:1.2g FH:2.0g SÓ:1.5g Rántott sertésszelet (1;3;) EN:218.9kcal ZS:10.1g TZS:2.6g SZH:16.0g CK:0.2g FH:15.1g SÓ:0.8g Petrezselymes burgonya (7;) EN:170.1kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:24.3g CK:0.0g FH:3.3g SÓ:0.5g Csiki mártás * (3;7;10;) EN:54.8kcal ZS:3.6g TZS:1.2g SZH:4.8g CK:4.6g FH:0.6g SÓ:0.7g	Zöldborsóleves (1;3;9;) EN:137.2kcal ZS:2.6g TZS:0.6g SZH:18.2g CK:3.4g FH:8.2g SÓ:1.9g Hentes sertés tokány * (1;10;) EN:212.8kcal ZS:17.0g TZS:5.8g SZH:4.1g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:1.3g Rizs köret EN:142.5kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.0g FH:3.7g SÓ:0.9g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:66.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.3g	Legényfogyó leves (1;3;7;) EN:153.3kcal ZS:8.7g TZS:3.6g SZH:5.7g CK:1.8g FH:12.1g SÓ:1.2g Főtt tészta (1;) EN:252.0kcal ZS:5.3g TZS:0.7g SZH:43.2g CK:2.1g FH:7.3g SÓ:1.5g Dejő szórát (1;) EN:128.7kcal ZS:3.8g TZS:0.3g SZH:19.6g CK:15.3g FH:3.3g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Olasz zöldségleves (1;3;9;) EN:61.8kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:10.6g CK:0.4g FH:3.6g SÓ:0.8g Bácskai bulgur (sertés) (1;) EN:361.0kcal ZS:15.8g TZS:4.5g SZH:36.8g CK:5.0g FH:17.6g SÓ:1.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:66.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.3g Fejes saláta EN:24.6kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.8g FH:1.8g
Uzsonna	Körözött (7;) EN:77.2kcal ZS:5.0g TZS:3.4g SZH:1.8g CK:1.7g FH:5.9g SÓ:0.3g fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Natúr sajtkrém (7;) EN:36.0kcal ZS:2.6g TZS:1.7g SZH:2.2g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.8g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Zöldhagyma EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Marha párizsi EN:48.0kcal ZS:4.2g TZS:1.7g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.2g SÓ:0.4g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g Rágórépa EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.5g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Kockasajt, natúr (7;) EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g Kifli (1;7;) EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Lekváros bukta (1;3;6;7;) EN:153.6kcal ZS:3.6g TZS:1.5g SZH:28.0g CK:7.5g FH:3.7g SÓ:0.2g körte EN:62.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:1.8g FH:0.5g SÓ:0.0g

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
Tízórai	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:5.6g TZS:3.6g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.3g Kenőmájás (sertés) EN:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.7g Császár zsemle (1;6;) EN:152.7kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.6g	Kakaó (7;) EN:121.9kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:16.3g CK:16.2g FH:6.2g SÓ:0.2g Margarinos méz (7;) EN:153.7kcal ZS:10.5g TZS:5.0g SZH:16.6g CK:16.5g FH:0.1g SÓ:0.0g Foszlós kalács (1;3;) EN:185.8kcal ZS:3.9g TZS:0.9g SZH:32.5g CK:4.1g FH:4.4g SÓ:0.4g	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:5.6g TZS:3.6g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.3g Mákos rigó (1;) EN:167.0kcal ZS:2.6g SZH:30.5g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:1.9g	Gyümölcs tea EN:41.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Csirkemell sonka EN:32.7kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g vizes zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:5.6g TZS:3.6g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.3g Gouda sajt (3;7;) EN:137.2kcal ZS:10.4g TZS:7.1g SZH:0.8g CK:0.8g FH:11.2g SÓ:0.8g Tönköly kifli (1;7;) EN:168.5kcal ZS:2.1g TZS:0.9g SZH:32.0g CK:1.4g FH:4.2g SÓ:0.6g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g
Ebéd	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:139.4kcal ZS:7.0g TZS:1.0g SZH:11.9g CK:0.5g FH:5.1g SÓ:2.0g Sült kolbász EN:273.6kcal ZS:24.0g TZS:10.4g SZH:0.3g FH:11.8g SÓ:1.6g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:352.1kcal ZS:9.2g TZS:3.1g SZH:42.3g CK:2.3g FH:18.5g SÓ:1.5g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g	Zöldbableves (1;7;) EN:167.8kcal ZS:13.0g TZS:8.1g SZH:8.2g CK:2.1g FH:3.2g SÓ:1.5g Rántott sertésszelet (1;3;) EN:255.9kcal ZS:11.2g TZS:2.9g SZH:19.9g CK:0.2g FH:17.9g SÓ:0.9g Petrezselymes burgonya (7;) EN:277.4kcal ZS:10.9g TZS:5.0g SZH:36.5g CK:0.1g FH:5.1g SÓ:1.0g Csiki mártás * (3;7;10;) EN:61.8kcal ZS:4.0g TZS:1.3g SZH:5.5g CK:5.3g FH:0.7g SÓ:0.7g	Zöldborsóleves (1;3;9;) EN:247.1kcal ZS:3.0g TZS:0.7g SZH:39.5g CK:22.1g FH:12.4g SÓ:5.0g Hentes sertés tokány * (1;10;) EN:282.4kcal ZS:22.1g TZS:8.0g SZH:4.8g CK:1.1g FH:15.5g SÓ:1.7g Rizs köret EN:293.4kcal ZS:2.1g TZS:0.3g SZH:62.0g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Legényfogyó leves (1;3;7;) EN:217.8kcal ZS:13.9g TZS:6.5g SZH:8.2g CK:2.7g FH:13.7g SÓ:1.6g Főtt tészta (1;) EN:398.8kcal ZS:10.3g TZS:1.4g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.7g Dejő szórát (1;) EN:171.6kcal ZS:5.0g TZS:0.4g SZH:26.2g CK:20.4g FH:4.4g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Olasz zöldségleves (1;3;9;) EN:82.4kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:14.1g CK:0.5g FH:4.8g SÓ:1.1g Bácskai bulgur (sertés) (1;) EN:586.2kcal ZS:27.0g TZS:7.1g SZH:58.3g CK:8.0g FH:27.0g SÓ:1.3g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g Fejes saláta EN:39.4kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:6.7g CK:4.0g FH:1.9g
Uzsonna	Körözött (7;) EN:111.6kcal ZS:7.1g TZS:4.9g SZH:2.7g CK:2.6g FH:8.8g SÓ:0.4g fehér kenyér (1;6;) EN:144.6kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:28.8g CK:1.0g FH:5.2g SÓ:0.9g Paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Natúr sajtkrém (7;) EN:43.6kcal ZS:3.2g TZS:2.1g SZH:2.5g CK:1.7g FH:1.3g SÓ:0.9g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Zöldhagyma EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Marha párizsi EN:72.0kcal ZS:6.3g TZS:2.5g SZH:0.5g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.5g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;6;) EN:144.6kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:28.8g CK:1.0g FH:5.2g SÓ:0.9g Rágórépa EN:16.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Kockasajt, natúr (7;) EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g Kifli (1;7;) EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g Kígyóuborka EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Lekváros bukta (1;3;6;7;) EN:153.6kcal ZS:3.6g TZS:1.5g SZH:28.0g CK:7.5g FH:3.7g SÓ:0.2g körte EN:62.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:1.8g FH:0.5g SÓ:0.0g

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
Reggeli	<p>Tej (7;) EN:165.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.4g</p> <p>Körözött (7;) EN:141.9kcal ZS:8.8g TZS:6.1g SZH:3.5g CK:3.3g FH:11.7g SÓ:0.4g</p> <p>lenmagos zsemle (1;) EN:322.0kcal ZS:3.5g TZS:0.2g SZH:61.0g CK:1.0g FH:8.8g SÓ:1.3g</p> <p>Pritamin paprika EN:14.8kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.6g CK:2.4g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Kakaó (7;) EN:157.9kcal ZS:4.4g TZS:2.7g SZH:20.0g CK:19.9g FH:8.6g SÓ:0.3g</p> <p>Vajas croissant (1;3;6;7;) EN:192.0kcal ZS:10.0g TZS:5.5g SZH:21.5g CK:0.8g FH:3.0g SÓ:0.9g</p> <p>Kakaós csiga (1;3;6;13;) EN:199.4kcal ZS:8.6g TZS:4.0g SZH:31.5g CK:11.5g FH:3.8g SÓ:0.2g</p>	<p>Tej (7;) EN:165.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.4g</p> <p>Marha párizsi EN:96.0kcal ZS:8.4g TZS:3.4g SZH:0.7g CK:0.2g FH:4.4g SÓ:0.7g</p> <p>Natúr sajtkrém (7;) EN:43.6kcal ZS:3.2g TZS:2.1g SZH:2.5g CK:1.7g FH:1.3g SÓ:0.9g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:277.0kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:52.9g FH:10.2g SÓ:1.2g</p> <p>Paradicsom EN:16.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>	<p>Tejeskávé (1;7;) EN:169.3kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:22.0g CK:21.3g FH:9.1g SÓ:0.3g</p> <p>Diákcsemege (1;6;7;) EN:120.8kcal ZS:10.8g TZS:4.3g SZH:0.3g CK:0.3g FH:5.5g SÓ:0.9g</p> <p>margarin EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SÓ:0.1g</p> <p>Kifli (1;7;) EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g</p> <p>Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>	<p>Tej (7;) EN:165.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.4g</p> <p>Bundás kenyér (1;3;6;7;) EN:422.0kcal ZS:20.2g TZS:2.5g SZH:48.7g CK:2.3g FH:9.8g SÓ:2.5g</p> <p>Paprika EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.0g</p>
Ebéd	<p>Daragaluska leves (1;3;9;) EN:126.0kcal ZS:6.0g TZS:0.8g SZH:12.7g CK:0.5g FH:3.3g SÓ:2.9g</p> <p>Sült kolbász EN:478.8kcal ZS:42.0g TZS:18.2g SZH:0.6g FH:20.6g SÓ:2.8g</p> <p>Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:427.3kcal ZS:13.0g TZS:3.7g SZH:49.4g CK:2.6g FH:20.9g SÓ:1.7g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g</p> <p>Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Zöldbableves (1;7;) EN:174.7kcal ZS:13.0g TZS:8.1g SZH:9.5g CK:2.1g FH:3.4g SÓ:1.5g</p> <p>Rántott sertésszelet (1;3;) EN:471.4kcal ZS:30.7g TZS:5.3g SZH:26.5g CK:0.3g FH:21.1g SÓ:1.0g</p> <p>Petrezselymes burgonya (7;) EN:364.8kcal ZS:14.5g TZS:6.6g SZH:47.5g CK:0.1g FH:6.6g SÓ:1.1g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g</p> <p>Csiki mártás * (3;7;10;) EN:96.0kcal ZS:7.1g TZS:1.9g SZH:6.6g CK:6.1g FH:0.8g SÓ:0.8g</p>	<p>Zöldborsóleves (1;3;9;) EN:175.4kcal ZS:3.5g TZS:0.5g SZH:25.1g CK:5.3g FH:8.5g SÓ:3.6g</p> <p>Hentes sertés tokány * (1;10;) EN:357.4kcal ZS:28.1g TZS:9.5g SZH:7.7g CK:1.2g FH:17.6g SÓ:2.0g</p> <p>Rizs köret EN:344.6kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:69.8g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.5g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g</p> <p>Kiwi gyümölcs EN:104.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:22.6g CK:12.0g FH:2.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Legényfogó leves (1;3;7;) EN:258.4kcal ZS:14.4g TZS:6.6g SZH:15.3g CK:3.2g FH:15.2g SÓ:1.8g</p> <p>Főtt tészta (1;) EN:373.9kcal ZS:7.5g TZS:1.1g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.7g</p> <p>Dejő szórát (1;) EN:216.4kcal ZS:7.5g TZS:0.6g SZH:29.3g CK:20.5g FH:6.6g SÓ:0.0g</p> <p>fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g</p> <p>alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>	<p>Olasz zöldségleves (1;3;9;) EN:86.3kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:14.9g CK:0.5g FH:5.0g SÓ:1.2g</p> <p>Bácskai bulgur (sertés) (1;) EN:655.9kcal ZS:30.1g TZS:7.9g SZH:65.5g CK:9.0g FH:30.1g SÓ:1.5g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g</p> <p>Fejes saláta EN:46.1kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:5.0g FH:2.1g</p>
Vacsora	<p>Rakott karfiol (csirkehússal) (7;) EN:478.5kcal ZS:26.4g TZS:11.4g SZH:25.2g CK:5.2g FH:32.8g SÓ:1.0g</p> <p>fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g</p> <p>alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>	<p>Sonkás-gombás pizza (1;6;7;) EN:577.4kcal ZS:28.5g TZS:8.6g SZH:55.1g CK:1.4g FH:24.3g SÓ:2.4g</p> <p>körte EN:62.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:1.8g FH:0.5g SÓ:0.0g</p>	<p>Fokhagymás tarja EN:160.7kcal ZS:8.2g TZS:2.6g SZH:0.1g CK:0.0g FH:21.6g SÓ:0.8g</p> <p>Majonézes burgonyasaláta (3;7;10;12;) EN:420.7kcal ZS:16.0g TZS:4.9g SZH:55.8g CK:12.7g FH:7.2g SÓ:5.2g</p> <p>fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g</p>	<p>Csirkepaprikás (1;7;) EN:255.4kcal ZS:15.8g TZS:4.8g SZH:7.1g CK:0.8g FH:20.4g SÓ:1.1g</p> <p>Galuska köret (1;3;) EN:535.6kcal ZS:29.5g TZS:3.7g SZH:56.5g CK:0.2g FH:9.2g SÓ:0.9g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g</p> <p>Cékla saláta (10;) EN:16.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.3g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g</p>	