

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
Tízórai	<p>Gépsonka EN:41.0kcal ZS:1.6g TZS:0.6g SZH:1.1g CK:0.1g FH:5.6g SÓ:0.8g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p>	<p>Tej (7;) EN:100.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.1g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:208.3kcal ZS:5.2g TZS:2.1g SZH:36.4g CK:5.9g FH:5.8g SÓ:0.4g</p>	<p>Almás batyu (1;3;6;7;) EN:279.6kcal ZS:5.7g TZS:2.2g SZH:52.7g CK:20.6g FH:5.7g SÓ:0.3g</p>	<p>Tej (7;) EN:100.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.1g</p> <p>Tavaszi felvágott EN:97.0kcal ZS:8.4g TZS:3.5g SZH:1.2g CK:0.2g FH:4.2g SÓ:0.8g</p> <p>Tea vaj (7;) EN:108.4kcal ZS:12.0g TZS:7.8g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p> <p>Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Főtt tojás (3;) EN:28.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g FH:2.4g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g</p> <p>Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>
Ebéd	<p>Legényfogyó leves csirkehúsból (1;7;9;) EN:295.2kcal ZS:16.6g TZS:4.5g SZH:18.7g CK:1.1g FH:16.3g SÓ:1.6g</p> <p>Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g</p> <p>Tészta köret (1;) EN:475.1kcal ZS:15.0g TZS:1.9g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.2g</p> <p>Mákszórat EN:195.3kcal ZS:6.7g TZS:0.9g SZH:29.2g CK:25.5g FH:3.7g SÓ:0.0g</p> <p>Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12;) EN:203.3kcal ZS:12.8g TZS:2.5g SZH:18.2g CK:0.7g FH:3.4g SÓ:0.9g</p> <p>Vagdalt pogácsa - sertés (1;3;6;8;11;12;) EN:397.3kcal ZS:36.9g TZS:6.4g SZH:3.3g CK:0.0g FH:12.1g SÓ:1.0g</p> <p>Zöldborsófézelék (1;7;) EN:459.2kcal ZS:23.2g TZS:4.7g SZH:49.1g CK:23.3g FH:10.9g SÓ:0.9g</p> <p>Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g</p>	<p>Sárgaborsó krémleves (1;) EN:210.0kcal ZS:8.7g TZS:1.8g SZH:22.3g CK:0.0g FH:8.7g SÓ:1.2g</p> <p>Halpaprikás (1;4;7;) EN:233.7kcal ZS:17.7g TZS:4.2g SZH:3.9g CK:0.5g FH:13.2g SÓ:1.4g</p> <p>Kuskusz (1;) EN:462.2kcal ZS:24.2g TZS:6.0g SZH:51.0g CK:2.1g FH:9.2g SÓ:0.9g</p>	<p>Csurgatott tojásleves (1;3;) EN:115.4kcal ZS:8.1g TZS:1.2g SZH:7.6g CK:0.0g FH:2.9g SÓ:0.9g</p> <p>Cornflakes-es csirkeemell csíkok (1;) EN:204.4kcal ZS:11.4g TZS:1.4g SZH:16.1g CK:0.6g FH:9.1g SÓ:1.1g</p> <p>Sárgarépás rizs EN:262.8kcal ZS:7.3g TZS:0.8g SZH:44.3g CK:0.0g FH:5.4g SÓ:0.8g</p> <p>Cékla saláta- saját EN:91.6kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:17.1g FH:1.3g SÓ:1.0g</p>	<p>Orjaleves (9;) EN:47.8kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:5.7g CK:2.1g FH:2.7g SÓ:1.5g</p> <p>Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g</p> <p>Sertéssült apró (1;) EN:326.7kcal ZS:19.3g TZS:4.7g SZH:4.9g CK:0.0g FH:31.4g SÓ:0.7g</p> <p>Vegyes gyümölcsmártás (1;7;) EN:182.7kcal ZS:4.2g TZS:2.6g SZH:33.3g CK:24.7g FH:1.5g SÓ:0.6g</p> <p>Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:18.4g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:2.0g</p>
Uzsonna	<p>Sajtkrém natúr (7;) EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g</p> <p>Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g</p> <p>Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p>Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7;) EN:78.1kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:5.2g SÓ:0.3g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p> <p>Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g</p> <p>Citromos tea (12;) EN:51.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.5g CK:12.1g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Trappista sajt (7;) EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:10.2g SÓ:0.6g</p> <p>Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g</p> <p>Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p>Gyümölcs joghurt (7;) EN:77.5kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:10.5g CK:10.3g FH:4.3g SÓ:0.1g</p> <p>Kifli (1;7;) EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g</p>	<p>Kockasajt 2 db (7;) EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g</p> <p>Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g</p> <p>Nektarin EN:490.0kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:114.0g CK:79.0g FH:4.0g SÓ:0.0g</p>

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Tízórai	Magyaros vajkrém (7;) EN:27.9kcal ZS:0.5g TZS:0.3g SZH:5.9g CK:0.1g FH:0.1g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.6g CK:9.6g FH:6.4g SÓ:0.2g Briós (1;3;6;7;) EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g	Zala felvágott EN:84.0kcal ZS:7.0g TZS:2.8g SZH:0.7g CK:0.2g FH:4.6g SÓ:0.8g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.6g CK:9.6g FH:6.4g SÓ:0.2g Lekvár EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g Tea vaj (7;) EN:108.4kcal ZS:12.0g TZS:7.8g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g	Edami sajt (7;) EN:126.4kcal ZS:9.4g TZS:6.4g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.3g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g
Ebéd	Csirkeraguleves (1;9;12;) EN:319.4kcal ZS:23.2g TZS:4.8g SZH:14.9g CK:0.5g FH:12.0g SÓ:1.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Tészta köret (1;) EN:475.1kcal ZS:15.0g TZS:1.9g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.2g Tejföl (7;) EN:54.0kcal ZS:5.0g TZS:3.3g SZH:0.8g CK:0.8g FH:0.8g SÓ:0.0g Sajtszórát (7;) EN:126.4kcal ZS:9.2g TZS:6.2g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.7g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Zöldborsóleves (1;9;12;) EN:188.3kcal ZS:9.9g TZS:1.2g SZH:17.6g CK:0.4g FH:6.0g SÓ:0.3g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Csirkepörkölt (1;) EN:166.6kcal ZS:10.1g TZS:1.7g SZH:3.0g CK:0.0g FH:15.1g SÓ:1.7g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:295.3kcal ZS:9.3g TZS:2.7g SZH:42.2g CK:1.2g FH:6.1g SÓ:0.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g Kinder tejszelet (1;3;7;) EN:117.9kcal ZS:7.8g TZS:4.6g SZH:9.5g CK:8.3g FH:2.2g SÓ:0.2g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:254.9kcal ZS:19.1g TZS:5.1g SZH:15.4g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:1.0g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Majorannás csirkemáj (1;) EN:249.4kcal ZS:15.4g TZS:3.6g SZH:2.8g CK:0.0g FH:23.0g SÓ:0.7g Párolt rizs EN:428.7kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:77.5g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:0.8g Káposztasaláta (10;) EN:16.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.2g FH:1.5g SÓ:0.6g	Csontleves (9;12;) EN:100.7kcal ZS:3.4g TZS:1.0g SZH:9.0g CK:2.3g FH:8.0g SÓ:1.8g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Sertéssült apró (1;) EN:326.7kcal ZS:19.3g TZS:4.7g SZH:4.9g CK:0.0g FH:31.4g SÓ:0.7g Sóskamártás (1;7;) EN:175.7kcal ZS:6.8g TZS:1.3g SZH:23.6g CK:20.0g FH:2.9g SÓ:1.1g Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:18.4g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:2.0g	Zöldséges fehérbableves (1;9;12;) EN:109.0kcal ZS:3.1g TZS:0.4g SZH:15.4g CK:0.8g FH:4.5g SÓ:1.0g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Vadas szárnyas tokány (1;7;10;) EN:194.8kcal ZS:9.8g TZS:3.4g SZH:7.9g CK:2.6g FH:17.9g SÓ:1.2g Tészta köret (1;) EN:475.1kcal ZS:15.0g TZS:1.9g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.2g
Uzsonna	Csirkemell sonka EN:38.2kcal ZS:1.6g TZS:0.5g SZH:0.7g CK:0.1g FH:5.3g SÓ:0.8g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g	Tepertőkrém (7;10;) EN:140.6kcal ZS:13.2g TZS:5.6g SZH:0.5g CK:0.4g FH:2.0g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g	Vaniliás túrókrém (7;) EN:67.6kcal ZS:3.3g TZS:2.1g SZH:3.9g CK:3.9g FH:4.9g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g	Kefir (7;) Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g Banán EN:105.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:24.2g CK:15.0g FH:1.3g SÓ:0.0g	Pizzás csiga (1;3;7;) EN:447.2kcal ZS:17.4g TZS:6.9g SZH:54.6g CK:7.0g FH:16.8g SÓ:1.5g

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
Tízórai	Szerencse szelet (6;10;) EN:53.6kcal ZS:3.5g TZS:1.4g SZH:0.9g CK:0.1g FH:4.6g SÓ:0.7g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	Tea vaj (7;) EN:108.4kcal ZS:12.0g TZS:7.8g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g Fatörzs stangli (1;3;7;) EN:244.1kcal ZS:4.8g TZS:4.1g SZH:44.9g CK:11.5g FH:6.4g SÓ:0.4g	Sajtos baromfipárizsi (7;) EN:64.4kcal ZS:5.5g TZS:1.8g SZH:0.3g CK:0.2g FH:4.7g SÓ:0.7g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	Méz EN:30.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.2g CK:8.2g FH:0.0g SÓ:0.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g	Trappista sajt (7;) EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:10.2g SÓ:0.6g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
Ebéd	Gulyásleves sertéshússal (9;12;) EN:186.4kcal ZS:8.5g TZS:1.6g SZH:13.4g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.2g Tejbedara (1;7;) EN:381.0kcal ZS:9.6g TZS:5.7g SZH:58.9g CK:32.5g FH:9.8g SÓ:0.6g Fahéjszórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Alma EN:21.7kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g	Reszeltészta leves (1;9;12;) EN:109.1kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:13.7g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.9g Natúr sertésszelet (1;) EN:159.2kcal ZS:9.7g TZS:2.7g SZH:2.1g CK:0.0g FH:15.0g SÓ:0.3g Kapormártás (1;7;) EN:163.6kcal ZS:9.8g TZS:3.8g SZH:15.8g CK:8.7g FH:1.8g SÓ:1.6g Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:18.4g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:2.0g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:215.5kcal ZS:15.2g TZS:7.4g SZH:14.4g CK:2.0g FH:4.8g SÓ:0.4g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g 100 %-os halrudacska (1;4;) EN:272.8kcal ZS:17.8g TZS:1.8g SZH:17.1g CK:0.5g FH:9.9g SÓ:0.5g Zöldséges rizs EN:402.6kcal ZS:14.2g TZS:1.6g SZH:61.1g CK:1.4g FH:7.8g SÓ:0.7g Görögdinnye EN:58.0kcal SZH:13.0g CK:3.8g FH:1.0g	Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12;) EN:126.0kcal ZS:6.0g TZS:1.9g SZH:14.7g CK:1.0g FH:3.2g SÓ:0.9g Babfőzelék (1;7;) EN:294.9kcal ZS:6.8g TZS:2.4g SZH:38.3g CK:3.9g FH:14.6g SÓ:1.4g Sertéspörkölt (12;) EN:185.4kcal ZS:12.0g TZS:2.2g SZH:3.4g CK:0.1g FH:14.9g SÓ:1.9g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g	Erdei gyümölcskrémleves (1;7;) EN:307.9kcal ZS:5.3g TZS:2.0g SZH:61.4g CK:44.5g FH:4.1g SÓ:0.5g Rántott csirkemell napraforgó és lenmagos bundában (1;3;7;) EN:457.3kcal ZS:28.4g TZS:3.7g SZH:30.0g CK:0.6g FH:18.5g SÓ:1.4g Főtt burgonya (12;) EN:235.1kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.5g Cékla saláta- sajt EN:91.6kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:17.1g FH:1.3g SÓ:1.0g
Uzsonna	Lenmagos vajkrém (7;) EN:110.0kcal ZS:10.8g TZS:6.7g SZH:1.7g CK:0.7g FH:1.2g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Tojáskrém (3;7;10;) EN:67.9kcal ZS:6.5g TZS:2.9g SZH:0.3g CK:0.3g FH:1.9g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Túrókrém zöldhagymás (7;) EN:65.7kcal ZS:4.1g TZS:2.6g SZH:1.4g CK:1.4g FH:5.2g SÓ:29.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:196.0kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:37.1g CK:0.6g FH:4.1g SÓ:1.2g Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g	Sajtkrém natúr (7;) EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	Túrós batyu (1;6;7;) EN:175.0kcal ZS:7.5g TZS:3.8g SZH:25.0g CK:8.0g FH:2.9g SÓ:0.1g Nektarin EN:490.0kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:114.0g CK:79.0g FH:4.0g SÓ:0.0g