

Hétfő 2021.08.30	Kedd 2021.08.31	Szerda 2021.09.01	Csütörtök 2021.09.02	Péntek 2021.09.03
Tízórai		<p>Cyümölcs tea Teljes kiőrlésű kenyér (01.) Kenőmájás (05.) Retek</p> <p>E:1 142(Kj) 273(KCal) F: 10(g)Kol: 34(g)Sz: 10(g) Zsir: 5(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g)</p>	<p>Karamell (07.) Rozsos kifli (01.)</p> <p>E:1 049(Kj) 251(KCal) F: 11(g)Kol: 24(g)Sz: 31(g) Zsir: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g)</p>	<p>Límonádé Teljes kiőrlésű kenyér (01.) Sajtkrém (07.) Paprika</p> <p>E:1 779(Kj) 425(KCal) F: 8(g)Kol: 18(g)Sz: 37(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)</p>
Ebéd		<p>Csont leves (01.03.) Eperlevél (01.) Paradicsommártás (01.05.) Zabpelyhes húsgombóc (01.03.) Főtt burgonya</p> <p>E:3 044(Kj) 728(KCal) F: 27(g)Kol:134(g)Sz:115(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:4,20(g)</p>	<p>Brokkoli krémleves, (07.01.) Rántott karaj (01.03.) Petrezselymes rizs Jégsaláta</p> <p>E:2 161(Kj) 517(KCal) F: 25(g)Kol: 93(g)Sz: 86(g) Zsir: 22(g)Cuk: 5(g)Só:4,00(g)</p>	<p>Fejtett bableves (01.) Fodros kocka (01.03.) Túró (07.) Joghurtos öntet (07.)</p> <p>E:2 824(Kj) 675(KCal) F: 34(g)Kol: 55(g)Sz:114(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:1,00(g)</p>
Uzsonna		<p>Foszlós kalács (01.03.) Mogyorókrém (03.)</p> <p>E:1 090(Kj) 261(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)</p>	<p>Kenyer (01.) Margarin light Uzsonna sonka (05.) Paradicsom</p> <p>E:1 022(Kj) 245(KCal) F: 14(g)Kol: 16(g)Sz: 34(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)</p>	<p>Pizzás táská (01.)</p> <p>E: 979(Kj) 234(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)</p>