

<i>Hétfő</i> 2026.06.01	<i>Kedd</i> 2026.06.02.	<i>Szerda</i> 2026.06.03.	<i>Csütörtök</i> 2026.06.04.	<i>Péntek</i> 2026.06.05.
<p>Tízórai</p> <p>Tej (07.) Lekváros táska (03,01,07.)</p> <p>E:1 496(Kj) 358(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsir: 13(g)Cuk: 14(g)Só:0,30(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 230(mg)</p>	<p>Erdei gyümölcs tea Párizsi felvágott baromfi Vénusz margarin 55% zsir Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Paradicsom</p> <p>E: 995(Kj) 238(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 86(mg)</p>	<p>Kakaó (07.) Kalács (01,03,06,07.) Vénusz margarin 55% zsir</p> <p>E:1 249(Kj) 299(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 13(g)Cuk: 7(g)Só:0,38(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 267(mg)</p>	<p>100 %-os almalé Pogácsa sajtos (01,03,07.)</p> <p>E:1 319(Kj) 316(KCal) F: 4(g)Kol:230(g)Sz: 49(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)</p>	<p>Tej (07.) Gyümölcsös müzli (01.) Kifli (01,06,07.)</p> <p>E:1 680(Kj) 402(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 55(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,03(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 442(mg)</p>
<p>Ebéd</p> <p>Burgonya leves (01.) Zöldborsófőzelék (01,07.) Főtt tojás (03.) Zab -Szelet (01,03,05,06,07,08.) Bácskai kenyér (01,06.)</p> <p>E:2 295(Kj) 549(KCal) F: 21(g)Kol:210(g)Sz: 53(g) Zsir: 19(g)Cuk: 0(g)Só:0,63(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 308(mg)</p>	<p>Francia hagymaleves (09,07,01.) Bolognai spagetti (03,01,09,07.) Nektarin Levesgyöngy(01,03,07.)</p> <p>E:2 506(Kj) 600(KCal) F: 21(g)Kol: 63(g)Sz: 65(g) Zsir: 25(g)Cuk: 3(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 185(mg)</p>	<p>Zöldségleves (09.) Lencsefőzelék (07,10,01.) Csirke gyros (09.) Bácskai kenyér (01,06.)</p> <p>E:1 692(Kj) 405(KCal) F: 19(g)Kol: 7(g)Sz: 44(g) Zsir: 15(g)Cuk: 1(g)Só:0,72(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 93(mg)</p>	<p>Gulyásleves (01,03,09.) Bácskai kenyér (01,06.) Tejbedara kakaós cukorral (01,07.)</p> <p>E:1 764(Kj) 422(KCal) F: 16(g)Kol: 14(g)Sz: 65(g) Zsir: 13(g)Cuk: 18(g)Só:0,63(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 273(mg)</p>	<p>Brokkolileves (09,01,07.) Tejfölös pulykatokány (07,01.) Bulgur (01.) Őszibarack</p> <p>E:1 845(Kj) 441(KCal) F: 19(g)Kol: 15(g)Sz: 54(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:0,30(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 83(mg)</p>
<p>Üzsonna</p> <p>Zöldfűszeres vajkrém (07.) Teljes kiőrlésű zsemle (01,07.) Pritamin paprika</p> <p>E: 771(Kj) 184(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,05(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)</p>	<p>Körözött (07.) Kornspitz (01.) Kigyó uborka</p> <p>E: 849(Kj) 203(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,10(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 20(mg)</p>	<p>Joghurt gyümölcsös lotti 125 g (07.) Teljes kiőrlésű stangli (01,07.)</p> <p>E:1 197(Kj) 286(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 48(g) Zsir: 5(g)Cuk: 2(g)Só:0,04(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 156(mg)</p>	<p>Pizzatekeres (01.)</p> <p>E: 928(Kj) 222(KCal) F: 4(g)Kol:230(g)Sz: 14(g) Zsir: 19(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)</p>	<p>Kenőmájás, Teljes kiőrlésű zsemle (01,07.) Zöldpaprika</p> <p>E: 923(Kj) 221(KCal) F: 9(g)Kol: 45(g)Sz: 31(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,36(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 5(mg)</p>