

Hétfő 2026.06.22	Kedd 2026.06.23.	Szerda 2026.06.24.	Csütörtök 2026.06.25.	Péntek 2026.06.26.
Tízórai Erdei gyümölcs tea Natúr vajkrém (07.) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Paradicsom E:1 051(Kj) 251(KCal) F: 5(g)Kol: 3(g)Sz: 32(g) Zsir: 5(g)Cuk: 8(g)Só:0,79(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 82(mg)	Kakaó (07.) Pogácsa sajtos (01,03,07.) E:1 500(Kj) 359(KCal) F: 11(g)Kol:230(g)Sz: 41(g) Zsir: 15(g)Cuk: 7(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 231(mg)	Almás fahéjas tea Vénusz margarin 55% zsír Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Paradicsom E: 870(Kj) 208(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 6(g)Cuk: 7(g)Só:0,74(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 82(mg)	Tej (07.) kakaós csiga (01,03,07.) E:1 593(Kj) 381(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:0,32(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 230(mg)	Csipkebogyó tea Zöldséges felvágott Vénusz margarin 55% zsír Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Paradicsom E: 890(Kj) 213(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 7(g)Cuk: 7(g)Só:1,18(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 82(mg)
Ebéd Brokkoli leves (01,07,09.) Gombapaprikás tejfölös (07,01,09.) Tészta köret csavart gyermelyi (01,03.) Őszibarack E:1 828(Kj) 437(KCal) F: 16(g)Kol: 23(g)Sz: 55(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:0,37(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 81(mg)	Zöldséges burgonyaleves (01,09.) Paradicsomos húsgombóc (01,06,03.) E:1 697(Kj) 406(KCal) F: 15(g)Kol: 34(g)Sz: 55(g) Zsir: 13(g)Cuk: 11(g)Só:0,77(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 53(mg)	Őszibarack leves (07,01.) Rántott csirkecomb filé (01,03.) Kukoricás rizs (09.) Üborka saláta E:1 955(Kj) 468(KCal) F: 9(g)Kol: 36(g)Sz: 71(g) Zsir: 14(g)Cuk: 6(g)Só:0,30(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 69(mg)	Zöldségleves (09.) Burgonyafőzelék (07,01.) Bácskai kenyér (01,06.) Húspogácsa sertéshúsból (09,01,03.) Nektarin E:1 877(Kj) 449(KCal) F: 15(g)Kol: 38(g)Sz: 61(g) Zsir: 14(g)Cuk: 1(g)Só:0,72(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 161(mg)	Babgulyás (09,01,03.) Bácskai kenyér (01,06.) Túrógombóc (07.) Édes tejföl (07.) E:2 937(Kj) 703(KCal) F: 37(g)Kol: 77(g)Sz: 85(g) Zsir: 30(g)Cuk: 20(g)Só:0,62(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 285(mg)
Üzsonna Édes túró (07.) Molnárka (01,03,06,07.) E:1 030(Kj) 246(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 6(g)Cuk: 8(g)Só:0,40(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 186(mg)	Pulyka sonka Vénusz margarin 55% zsír Teljes kiőrlésű zsemle (01,07.) Zöldpaprika E: 948(Kj) 227(KCal) F: 8(g)Kol: 1(g)Sz: 32(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,48(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 6(mg)	Kocka sajt (07.) Kifli (01,06,07.) E: 811(Kj) 194(KCal) F: 7(g)Kol: 4(g)Sz: 27(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,43(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 238(mg)	Magyaros vajkrém (07.) Korpás baguette (01,06.) Kigyó uborka E:1 157(Kj) 277(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 50(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,12(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 13(mg)	Metélohagymás tojáskrém (03,10,07.) Zsemle (01.) Zöldpaprika E: 779(Kj) 186(KCal) F: 7(g)Kol: 53(g)Sz: 32(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,08(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 555(mg)