

Hétfő 2026.07.06	Kedd 2026.07.07.	Szerda 2026.07.08.	Csütörtök 2026.07.09.	Péntek 2026.07.10.
<p>Tízórai</p> <p>Erdei gyümölcs tea Kenőmájás, Korpás baguette (01,06,) Zöldpaprika</p> <p>E:1 479(Kj) 354(KCal) F: 14(g)Kol: 45(g)Sz: 57(g) Zsir: 7(g)Cuk: 7(g)Só:0,35(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 15(mg)</p>	<p>100 %-os almalé Löncs szalámi Vénusz margarin 55% zsír Teljes kiőrlésű kenyér (01,06,) Kigyó uborka</p> <p>E:1 220(Kj) 292(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 48(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,94(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 84(mg)</p>	<p>Kakaó (07,) Kalács (01,03,06,07,) Vénusz margarin 55% zsír</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>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>100% -os narancslé Virsli baromfi,ketchup Teljes kiőrlésű kenyér (01,06,)</p> <p>E:1 272(Kj) 304(KCal) F: 11(g)Kol: 29(g)Sz: 39(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:1,50(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 84(mg)</p>
<p>Ebéd</p> <p>Zellerkrémleves (09,01,07,) Levesgyöngy (01,03,07,) Bolognai spagetti (03,01,09,07,)</p> <p>E:2 352(Kj) 563(KCal) F: 21(g)Kol: 63(g)Sz: 56(g) Zsir: 26(g)Cuk: 3(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 210(mg)</p>	<p>Paradicsom leves (01,03,) Tejszínes sajtos csirkeragu (09,07,) Rizs (09,) Nektarin</p> <p>E:1 946(Kj) 465(KCal) F: 20(g)Kol: 26(g)Sz: 64(g) Zsir: 13(g)Cuk: 10(g)Só:0,38(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 52(mg)</p>	<p>Almaleves citromos (01,07,) Rántott csirkemell (01,03,) Petrezselymes burgonya Idény saláta</p> <p>E:2 256(Kj) 540(KCal) F: 29(g)Kol: 62(g)Sz: 68(g) Zsir: 14(g)Cuk: 6(g)Só:0,30(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 86(mg)</p>	<p>Lebensleves (09,01,03,) Zöldborsófőzelék (01,07,) Sült virsli Körte Bácskai kenyér (01,06,)</p> <p>E:2 392(Kj) 572(KCal) F: 23(g)Kol: 50(g)Sz: 59(g) Zsir: 25(g)Cuk: 0(g)Só:2,03(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 124(mg)</p>	<p>Csokonai sertésragúleves (09,07,10,01,) Rizskoch (07,03,)</p> <p>E:2 621(Kj) 627(KCal) F: 21(g)Kol:118(g)Sz: 93(g) Zsir: 17(g)Cuk: 15(g)Só:0,22(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 395(mg)</p>
<p>Üzsonna</p> <p>kakaós csiga (01,03,07,)</p> <p>E:1 075(Kj) 257(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,32(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)</p>	<p>Magyaros vajkrém (07,) Kornspitz (01,) Zöldpaprika</p> <p>E: 776(Kj) 186(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 3(g)Cuk: 1(g)Só:0,09(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 3(mg)</p>	<p>Pogácsa sajtos (01,03,07,)</p> <p>E: 857(Kj) 205(KCal) F: 4(g)Kol:230(g)Sz: 23(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)</p>	<p>Turista szalámi Vénusz margarin 55% zsír Molnárka (01,03,06,07,) Zöldpaprika</p> <p>E:1 410(Kj) 337(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 18(g)Cuk: 5(g)Só:0,44(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 173(mg)</p>	<p>Csemege szalámi Vénusz margarin 55% zsír Zsemle (01,) Pritamin paprika</p> <p>E:1 334(Kj) 319(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:0,82(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 500(mg)</p>