

Étlap (ovi 3X 2025.)

2025.05.26 - 2025.06.01.

<i>Hétfő</i> 2025.05.26	<i>Kedd</i> 2025.05.27.	<i>Szerda</i> 2025.05.28.	<i>Csütörtök</i> 2025.05.29.	<i>Péntek</i> 2025.05.30.
Tízórai Tejeskávé pót kávé cikoriából (07.) Zsemle Margarin pure land 20% zsírtartalom (07.) E:1 342(Kj) 321(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 8(g)Cuk: 7(g)Só:0,04(g)	Erdei gyümölcs tea Párizsi felvágott baromfi Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Paradicsom Margarin pure land 20% zsírtartalom (07.) E: 861(Kj) 206(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:1,16(g)	Joghurt gyümölcsös lotti 125 g (07.) Kifli (01,06,07.) E:1 228(Kj) 294(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,03(g)	Csipkebogyó tea Zöldfűszeres vajkrém (07.) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Paradicsom E: 755(Kj) 181(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 3(g)Cuk: 7(g)Só:0,71(g)	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)
Ebéd Tarhonyaleves (09,01,03.) Paradicsomos káposzta Csirke gyros (09.) Bácskai kenyér (01,06.) E:2 149(Kj) 514(KCal) F: 15(g)Kol: 7(g)Sz: 68(g) Zsir: 19(g)Cuk: 11(g)Só:0,72(g)	Zöldséges lencseleves (09,01,10,07.) Túrós tészta (07,01,03.) Banán E:2 521(Kj) 603(KCal) F: 22(g)Kol: 0(g)Sz: 87(g) Zsir: 17(g)Cuk: 15(g)Só:0,20(g)	100 %-os almalé Sült csirkecombfilé Bácskai kenyér (01,06.) Dresszing saláta reszelt sajttal (07,10,03.) müzli szelet (06,01.) E:1 846(Kj) 442(KCal) F: 11(g)Kol: 13(g)Sz: 65(g) Zsir: 12(g)Cuk: 7(g)Só:0,99(g)	Fejtett bableves füstölt tarja Tejbedara Alma Bácskai kenyér (01,06.) E:1 894(Kj) 453(KCal) F: 18(g)Kol: 19(g)Sz: 74(g) Zsir: 12(g)Cuk: 18(g)Só:0,62(g)	Fahéjas szilvaleves (01,07.) Leccsós tokány Bulgur (01.) E:1 923(Kj) 460(KCal) F: 20(g)Kol: 24(g)Sz: 61(g) Zsir: 11(g)Cuk: 10(g)Só:0,38(g)
Uzsonna Magyaros vajkrém (07.) Korpás baguette (01,06.) Retek 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)	Padlizsánkrém Molnárka (01,03,06,07.) Pritamin paprika E: 884(Kj) 211(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 4(g)Cuk: 5(g)Só:0,40(g)	turista szalámi Margarin pure land 20% zsírtartalom (07.) Kígyóborka Teljes kiőrlésű zsemle (01,07.) E:1 090(Kj) 261(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só:0,04(g)	Kocka sajt 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)	Csemege szalámi Margarin pure land 20% zsírtartalom (07.) Kornspitz (01.) Zöldpaprika E:1 205(Kj) 288(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:0,74(g)