

	Hétfő 06.02	Kedd 06.03	Szerda 06.04	Csütörtök 06.05	Péntek 06.06
Salátabár	Szőlő EN:62.4kcal SZH:14.5g CK:7.6g FH:0.5g Paradicsom hasábok EN:18.4kcal ZS:0.2g SZH:3.2g FH:0.8g Majonézes kukorica (3;7;10;) EN:74.2kcal ZS:1.3g TZS:0.2g SZH:12.6g CK:6.8g FH:2.1g SÓ:1.0g CA:0.0mg	Alma EN:38.5kcal ZS:0.4g SZH:7.7g FH:0.4g Rágórépa EN:32.0kcal ZS:0.1g SZH:6.6g FH:1.0g SÓ:0.0g Káposztasaláta * (12;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:0.8g FH:2.0g SÓ:0.8g félbarna kenyér (1;) EN:79.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g FH:2.8g SÓ:0.0g Natúr vajkrém (7;) EN:104.4kcal ZS:10.5g TZS:6.8g SZH:1.8g CK:0.7g FH:0.7g SÓ:0.3g CA:15.0mg	Körte EN:57.2kcal SZH:13.2g CK:1.7g FH:0.4g Kígyóborkahasáb EN:9.6kcal ZS:0.1g SZH:1.4g FH:0.8g Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Őszibarackbefőtt EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g SÓ:0.0g Karalábé hasáb EN:32.4kcal ZS:0.1g SZH:7.4g FH:2.0g Uborkasaláta EN:34.5kcal ZS:0.1g SZH:6.6g CK:4.0g FH:1.5g SÓ:1.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:79.3kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g FH:2.9g SÓ:0.0g Padlizsánkrém (3;7;10;) EN:92.3kcal ZS:9.0g TZS:5.1g SZH:1.8g CK:0.9g FH:1.0g SÓ:1.1g CA:19.3mg	Ananászbefőtt EN:56.8kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.4g SÓ:0.2g Paprikacsíkok sb EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:3.8g FH:1.1g Paradicsomsaláta sb EN:18.8kcal ZS:0.1g SZH:3.5g CK:0.3g FH:0.7g SÓ:0.4g