

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
Salátabár		Alma EN:19.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:3.9g CK:2.2g FH:0.2g SÓ:0.0g Kertészsaláta EN:44.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:9.4g CK:6.3g FH:1.0g SÓ:1.0g Tejföl (7;) EN:66.0kcal ZS:6.0g TZS:5.0g SZH:1.8g CK:1.8g FH:1.3g SÓ:0.0g	Meggybefőtt EN:22.4kcal ZS:0.1g SZH:6.8g CK:6.4g FH:0.2g Csiki saláta * (7;10;12;) EN:82.7kcal ZS:2.5g TZS:2.0g SZH:14.1g CK:12.9g FH:1.1g SÓ:0.9g Vaníliás puding (7;) EN:34.7kcal ZS:1.1g TZS:0.7g SZH:5.2g CK:3.0g FH:1.1g SÓ:0.1g	Narancs EN:22.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:4.7g CK:3.6g FH:0.3g SÓ:0.0g Uborkasaláta EN:21.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:4.8g CK:4.0g FH:0.5g SÓ:1.0g Sós túrókrém sb (7;) EN:29.4kcal ZS:1.9g TZS:1.2g SZH:0.5g CK:0.4g FH:2.3g SÓ:0.1g	Körte EN:28.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.6g CK:0.8g FH:0.2g SÓ:0.0g Mongol saláta * (10;) EN:12.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.5g CK:0.9g FH:1.1g SÓ:0.4g Házi gyümölcsjoghurt zabkorpával sb (1;7;) EN:50.7kcal ZS:2.6g TZS:1.6g SZH:4.0g CK:2.3g FH:2.7g SÓ:0.0g
Napi összesítés		EN: 129.4 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 5.0 g; SZH: 15.1 g; CK: 10.3 g; FH: 2.4 g; SÓ: 1.0 g;	EN: 139.8 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 2.7 g; SZH: 26.1 g; CK: 22.3 g; FH: 2.4 g; SÓ: 1.0 g;	EN: 73.9 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 1.2 g; SZH: 9.9 g; CK: 8.0 g; FH: 3.1 g; SÓ: 1.1 g;	EN: 91.4 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 1.6 g; SZH: 12.1 g; CK: 4.0 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g;