

<i>Hétfő</i> 2026.04.20	<i>Kedd</i> 2026.04.21.	<i>Szerda</i> 2026.04.22.	<i>Csütörtök</i> 2026.04.23.	<i>Péntek</i> 2026.04.24.
Tízórai Tejeskávé (01,07,) Kockasajt (07,) Zsemle (01,) Kígyóborka E:1 348(Kj) 323(KCal) F: 13(g)Kol: 9(g)Sz: 53(g) Zsir: 8(g)Cuk: 17(g)Só:1,24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 407(mg)	Tej 1,5 %-os (07,) Gab.pehely-kakaós golyó (mentes) E:1 023(Kj) 245(KCal) F: 9(g)Kol: 9(g)Sz: 40(g) Zsir: 3(g)Cuk: 18(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 236(mg)	Citromos gyümölcsstea Párizsi (sertés)-allerg.mentes Margarin-Liga Teljes kiőrlésű kenyér (01,) Paradicsom E:1 058(Kj) 253(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 10(g)Cuk: 10(g)Só:1,71(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 6(mg)	Tej 1,5 %-os (07,) Kakaós csiga-allerg.ment. E:1 325(Kj) 317(KCal) F: 8(g)Kol: 9(g)Sz: 63(g) Zsir: 3(g)Cuk: 25(g)Só:0,92(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 236(mg)	Citromos gyümölcsstea Paprikás diákcsemege Margarin-Liga Zsemle (01,) Kaliforniai paprika E:1 326(Kj) 317(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 15(g)Cuk: 10(g)Só:1,74(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 2(mg)
Ebéd Paradicsomleves rizs betéttel (01,09,) Tavaszi rizseshús (sertés) Csemegeuborka (10,) E:2 338(Kj) 559(KCal) F: 27(g)Kol: 50(g)Sz: 79(g) Zsir: 18(g)Cuk: 19(g)Só:1,97(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 23(mg)	Lebbencsleves-tojásmentes Bulguros rakott karfiol (pulyka) (07,01,) Banán E:2 373(Kj) 568(KCal) F: 23(g)Kol: 0(g)Sz: 70(g) Zsir: 20(g)Cuk: 3(g)Só:0,91(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 59(mg)	Fokhagyma krémleves (01,07,) Pir.leveskocka-tej,tojásmentes (01,) Halrudacska-sütőben (04,01,) Petrezselymes burgonya Céklasaláta E:2 274(Kj) 544(KCal) F: 21(g)Kol: 0(g)Sz: 73(g) Zsir: 18(g)Cuk: 10(g)Só:3,15(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 68(mg)	Tavaszi zöldségleves-tojásmentes Sertéssült Gyöngybabfőzelék (01,07,) Teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez) (01,) E:2 447(Kj) 586(KCal) F: 34(g)Kol: 42(g)Sz: 61(g) Zsir: 22(g)Cuk: 8(g)Só:2,44(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 45(mg)	Tárkonyos csirkeraguleves- tej,tojásmente (09,) Morzás nudli (01,) Sárgabarackdzsem (12,) Narancs E:2 710(Kj) 648(KCal) F: 25(g)Kol: 0(g)Sz: 120(g) Zsir: 11(g)Cuk: 27(g)Só:2,62(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 93(mg)
Uzsonna Zala felvágott (aller.mentes) Margarin-Liga Zsemle (01,) Kápia paprika E:1 054(Kj) 252(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,40(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 2(mg)	100% gyüm.lé 0,2l-alma Vajkrém- magyaros (07,09,) Zsemle (01,) Zöldpaprika E:1 234(Kj) 295(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 57(g) Zsir: 5(g)Cuk: 22(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 3(mg)	Tej 2,8% szívószálas (07,) Sárgabarackdzsem (12,) Margarin-Liga Burgonyás kenyér (01,) E:1 640(Kj) 392(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 63(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:1,91(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 364(mg)	Sonkás szelet Margarin-Liga Zsemle (01,) Kígyóborka E: 879(Kj) 210(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:1,68(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 7(mg)	Vaníliás tej 200ml (07,) Zöldfűszeres sajtkrém (07,) Zsemle (01,) Jégsaláta E:1 590(Kj) 380(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 55(g) Zsir: 12(g)Cuk: 23(g)Só:1,63(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 363(mg)