

<i>Hétfő</i> 2026.03.02	<i>Kedd</i> 2026.03.03.	<i>Szerda</i> 2026.03.04.	<i>Csütörtök</i> 2026.03.05.	<i>Péntek</i> 2026.03.06.	<i>Szombat</i> 2026.03.07.
Tízórai Gyümölcsstea Kolbászkрем (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Jégcsapretek E:1 138(Kj) 272(KCal) F: 6(g)Kol: 1(g)Sz: 23(g) Zsir: 13(g)Cuk: 7(g)Só:0,61(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg)	 Gyümölcsstea Zala felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Tv-paprika E: 671(Kj) 160(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 1(g)Cuk: 7(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	 Tej 1,5 % (Tej.) Zöldséges felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Kígyóuborka E:1 242(Kj) 297(KCal) F: 16(g)Kol: 15(g)Sz: 34(g) Zsir: 10(g)Cuk: 10(g)Só:0,53(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	 Tej 1,5 % (Tej.) Sajtkrém (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Kígyóuborka E:1 250(Kj) 299(KCal) F: 12(g)Kol: 10(g)Sz: 34(g) Zsir: 12(g)Cuk: 10(g)Só:0,53(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	 Gyümölcsstea Sonkakrém (Glutén,Szójabab,Tej,Tojás,Diófélék.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Jégcsapretek E: 987(Kj) 236(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 23(g) Zsir: 10(g)Cuk: 7(g)Só:0,57(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg)	
Ebéd Csontleves (Glutén,Tojás,Zeller.) Majorannás sertés tokány (Glutén,Tej.) Párolt rizs Alma E:1 886(Kj) 451(KCal) F: 23(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 21(g)Cuk: 6(g)Só:3,60(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 1(mg)	 Rántott leves zsemlekockával (Glutén,Szezámmag,Földimogyoró,Diófélék.) Sült tarja Paradicsomos káposztafőzelék (Glutén.) Félbarna kenyér (Glutén.) E:1 737(Kj) 416(KCal) F: 23(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 13(g)Cuk: 7(g)Só:4,83(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	 Zöldborsóleves (Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) Carbonara (Glutén,Tej.) Tészta köret Alma E:2 040(Kj) 488(KCal) F: 25(g)Kol: 22(g)Sz: 70(g) Zsir: 12(g)Cuk: 11(g)Só:4,84(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 2(mg)	 Burgonyaleves / magyaros / (Glutén.) Sült virsli (Szójabab.) Finomfőzelék (Glutén,Tej.) Félbarna kenyér (Glutén.) Alma E:2 969(Kj) 710(KCal) F: 41(g)Kol: 58(g)Sz: 64(g) Zsir: 39(g)Cuk: 12(g)Só:4,51(g) Tel.Zs: 16(g)Ca: 3(mg)	 Vegyes zöldség leves (Zeller,Glutén,Tojás.) Párizsi csirkemell (Glutén,Tojás,Tej.) Petrezselymes burgonya Csem. uborka / kész / / édesítősz. is ta Alma E:2 701(Kj) 646(KCal) F: 29(g)Kol: 60(g)Sz: 46(g) Zsir: 37(g)Cuk: 7(g)Só:5,66(g) Tel.Zs: 30(g)Ca: 8(mg)	
Uzsonna Sárgabarack dzsem (Mustár,Tej,Tojás.) Margarin Félbarna kenyér (Glutén.) E: 703(Kj) 168(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 0(g)Cuk: 9(g)Só:0,92(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	 Vajas pogácsa 50 gr (Glutén,Tojás,Tej.) Alma E: 755(Kj) 181(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 6(g)Cuk: 6(g)Só:0,29(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)	 Kenomájás (Szójabab,Zeller.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Lilahagyma E: 778(Kj) 186(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	 Pizzás csiga teljes kiőrlésű 50 gr (Glutén,Tojás,Tej.) E: 640(Kj) 153(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 19(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,18(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	 Gyümölcs joghurt (Tej.) Tejes kifli SP (Tej,Glutén.) E:1 119(Kj) 268(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 5(g)Cuk: 17(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)	