

1. hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Körtés quesadilla	Karottás túrókrémes szendvics	Avokádós szendvics	Zöldfűszeres tojáskrémés szendvics	Csirkemájkrémés melegszendvics	Gombakrémes melegszendvics	Körtés zabkása
<b>Tízórai</b>	Smoothie	Körtés diós joghurt	Banános puding	Kekszgolyó	Banános brownie	Rafaello golyók	Banocsinta fahéjas túrókrémmel
<b>Ebéd</b>	Gyros pitában	Zabpelyhes rakott zöldbab	Grillezett lazac spenótos tésztával	Mustáros csirkemáj fűszeres túróval töltött burgonyával	Corn flakeses bundás pulyka francisival	Gombás csirkeragu sárgaépás kölessel	Halfilé zöldséges rétesrel, joghurtos mártással
<b>Uzsonna</b>	Kókuszgolyó	Körtés túró rudigolyók	Könnyű túrós málnás pite	Fahéjas almás túrós palacsinta	Fekete erdő desszert	Banános mogyorókérmes quesadilla	Meggyes mascarponés pohárkrém
<b>Vacsora</b>	Gyros	Hamburgerpogi almás céklasalival	Sovány sajtos paprikatál kenyérrel	Grillezett sajt salival	Túró alapú pizza	Szezámos csirkesali	Sült csirkecsíkok párolt almás káposztával