

Reggeli	Tonhalkrém	Bazsalikomozzarella szendvics	Tojásos szendvics	Sárgarépás túrókrém kefirrel	Sovány sajtos humusz wrap	Tojásos gombás kenyér	Babpástétom kenyérral
Tízórai	Mákos vanília puding	Alma sajttal	Szőlős joghurt dióval	Müzli almával	Diós almás joghurt	Szőlő sajttal	Almás brownie
Ebéd	Sárgaborsó főzelék zöldséges vagdalttal	Parajfőzelék bundáskenyérrel	Rakott cukkini	Sajtlevés és bazsalikomozzarella mediterrán spagetti	Mustáros halfilé túróval rakott krumplival	Gombapaprikás zabgaluskával	Túró alapú pizza
Uzsonna	Meggyes mascarponés álm	Túróval töltött sült körte	Rumos gesztenyegolyó	Cicapuffancs	Rákóczi túros pohárkrém	Szőlős túró rudi golyó	Mákos guba
Vacsora	Zöldséges vagdalt sült zellerrel	Fokhagymás halfilé Kefires vegyes salátával	Cukkini-krémleves	Gombafasírt sárgarépás káposztasalátával	Grill sajt salátával	Brokkolisaláta	Karfiolos-brokkolis egytál