

	Hétfő 10.13	Kedd 10.14	Szerda 10.15	Csütörtök 10.16	Péntek 10.17	Szombat 10.18	Vasárnap 10.19
Ebéd	Daragalus kaleves (1;3;9;) EN:132.6kcal ZS:4.0g TZS:0.6g SZH:19.6g CK:3.7g FH:3.9g SÓ:2.0g CA:0.0mg	Zöldborsó leves (1;9;) EN:153.6kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:10.9g CK:1.1g FH:4.3g SÓ:0.9g CA:0.0mg	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:175.9kcal ZS:4.3g TZS:3.4g SZH:30.3g CK:22.4g FH:2.7g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Erőleves EN:43.5kcal ZS:1.1g TZS:0.3g SZH:5.8g CK:2.4g FH:2.2g SÓ:0.2g	Köménymagos rántottleves (1;) EN:89.7kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:6.6g CK:0.0g FH:0.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg	Lencsegulyás (9;12;) EN:441.7kcal ZS:10.8g TZS:1.5g SZH:50.8g CK:2.3g FH:26.7g SÓ:1.8g CA:0.0mg	
	Főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g	Milánói ragu EN:310.8kcal ZS:23.6g TZS:6.3g SZH:8.0g CK:5.0g FH:11.3g SÓ:1.5g CA:13.5mg	Rántott halrúd (1;4;) EN:379.4kcal ZS:28.1g TZS:2.9g SZH:19.2g CK:0.6g FH:11.1g SÓ:0.6g	Cérnametélt (1;) EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:1.0g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:25.0kcal ZS:1.4g TZS:0.7g SZH:2.7g CK:0.3g FH:0.4g SÓ:0.0g	Lekváros bukta (1;3;6;7;) EN:307.2kcal ZS:7.2g TZS:3.0g SZH:55.9g CK:15.1g FH:7.4g SÓ:0.5g	
	Parajfőzelék (1;7;) EN:138.7kcal ZS:6.1g TZS:3.4g SZH:13.8g CK:4.0g FH:5.6g SÓ:0.1g CA:72.0mg	Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.3g	Párolt rizs EN:431.8kcal ZS:2.2g TZS:0.3g SZH:93.0g FH:11.2g SÓ:1.5g	Húsgombóc (3;) EN:253.8kcal ZS:14.4g TZS:5.0g SZH:16.2g CK:0.2g FH:14.9g SÓ:1.2g CA:0.0mg	Sertéspörkölt (1;) EN:227.8kcal ZS:14.7g TZS:2.7g SZH:4.8g CK:0.5g FH:16.9g SÓ:1.8g CA:0.0mg		
	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Reszelt sajt (7;) EN:59.4kcal ZS:4.3g TZS:2.8g SZH:0.3g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:0.4g CA:130.0mg	Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Kapormártás (1;7;) EN:183.3kcal ZS:10.1g TZS:3.9g SZH:20.5g CK:11.3g FH:2.1g SÓ:2.0g CA:0.0mg	Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:156.9kcal ZS:6.4g TZS:2.9g SZH:16.7g CK:4.9g FH:6.3g SÓ:0.5g CA:0.0mg		
				Főtt burgonya (12;) EN:161.7kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:2.2g	Félbarna kenyér (1;) EN:53.1kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:10.3g CK:0.2g FH:1.9g SÓ:0.0g		
				Alma EN:87.5kcal ZS:1.0g SZH:17.5g FH:1.0g	Gesztenyerúd EN:62.6kcal ZS:2.9g TZS:2.6g SZH:7.6g CK:6.1g FH:0.7g SÓ:0.0g		