

	Hétfő 08.31	Kedd 09.01	Szerda 09.02	Csütörtök 09.03	Péntek 09.04
Ebéd	Paradicsomleves (1;9;) EN:192.3kcal ZS:4.6g TZS:0.5g SZH:34.8g CK:20.3g FH:2.7g SÓ:0.6g 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 Párolt rizs EN:249.7kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:46.6g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.5g Párolt zöldség 1/2 EN:7.0kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:0.2g CK:0.1g FH:0.0g SÓ:1.1g	Lencsegulyás (9;12;) EN:710.8kcal ZS:12.0g TZS:1.9g SZH:93.9g CK:6.1g FH:44.6g SÓ:1.8g Piskóta kocka (1;3;) EN:200.2kcal ZS:2.6g TZS:0.1g SZH:37.4g CK:16.3g FH:3.2g SÓ:0.3g Csokiöntet (7;) EN:163.3kcal ZS:2.6g TZS:1.6g SZH:29.0g CK:19.0g FH:5.3g SÓ:0.2g Alma EN:87.5kcal ZS:1.0g TZS:0.0g SZH:17.5g CK:10.0g FH:1.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Zellerleves (1;9;) EN:151.3kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:15.3g CK:0.3g FH:2.7g SÓ:1.1g Temesvári falatok (1;7;) EN:228.5kcal ZS:12.3g TZS:4.4g SZH:12.2g CK:1.8g FH:15.1g SÓ:0.4g Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.3g	Zabgaluskaleves (1;3;9;) EN:95.8kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:18.7g CK:3.2g FH:3.3g SÓ:2.0g Húsgombóc (3;) EN:253.8kcal ZS:14.4g TZS:5.0g SZH:16.2g CK:0.2g FH:14.9g SÓ:1.2g Gyümölcsmártás (1;7;12;) EN:179.1kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:41.8g CK:32.8g FH:1.3g SÓ:0.8g Kuszkusz (1;) EN:294.0kcal ZS:8.5g TZS:1.0g SZH:45.2g CK:1.9g FH:8.2g SÓ:1.1g Körte EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g	Zöldségleves (9;) EN:60.2kcal ZS:1.8g TZS:0.2g SZH:9.2g CK:2.8g FH:1.8g SÓ:1.2g Vagdalt (1;3;) EN:444.7kcal ZS:36.9g TZS:6.2g SZH:16.7g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:1.5g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:273.1kcal ZS:10.2g TZS:2.9g SZH:36.5g CK:1.4g FH:5.3g SÓ:1.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g