

	Hétfő 09.28	Kedd 09.29	Szerda 09.30	Csütörtök 10.01	Péntek 10.02
Ebéd	Tárkonyos raguleves (7;9;) EN:268.3kcal ZS:15.4g TZS:4.6g SZH:12.2g CK:4.1g FH:18.0g SÓ:1.8g Mákszórat EN:229.0kcal ZS:7.6g TZS:1.0g SZH:34.8g CK:30.6g FH:4.2g SÓ:0.0g Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.3g Körte EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g	BrokkolikréMLEves (1;7;) EN:105.5kcal ZS:3.3g TZS:2.3g SZH:14.6g CK:0.9g FH:4.0g SÓ:1.1g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Rántott halfigura (1;4;) EN:521.8kcal ZS:44.6g TZS:4.0g SZH:20.3g FH:8.8g Főtt burgonya (12;) EN:302.7kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:55.2g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:2.2g Mongol saláta * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Árpagyöngyleves (1;9;) EN:108.1kcal ZS:3.5g TZS:0.4g SZH:16.3g CK:3.3g FH:2.6g SÓ:1.2g Szárnyasragu (1;) EN:294.4kcal ZS:21.7g TZS:3.1g SZH:6.6g CK:0.1g FH:17.4g SÓ:1.6g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:159.9kcal ZS:6.1g TZS:2.9g SZH:19.9g CK:3.7g FH:5.9g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Erőleves EN:43.5kcal ZS:1.1g TZS:0.3g SZH:5.8g CK:2.4g FH:2.2g SÓ:0.2g Cérnamentelt (1;) EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:1.0g Bácskai rizseshús EN:619.0kcal ZS:18.5g TZS:3.3g SZH:87.6g CK:0.2g FH:25.1g SÓ:1.8g Cékla * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Zöldségleves (9;) EN:105.4kcal ZS:2.1g TZS:0.2g SZH:16.9g CK:6.5g FH:3.9g SÓ:7.1g Sertés aprópecsenye (1;) EN:251.1kcal ZS:16.5g TZS:3.6g SZH:2.7g CK:0.0g FH:21.4g SÓ:1.8g Sárgaborsófőzelék (1;) EN:345.3kcal ZS:10.5g TZS:1.7g SZH:44.3g CK:4.1g FH:16.6g SÓ:1.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g