

	Hétfő 09.28	Kedd 09.29	Szerda 09.30	Csütörtök 10.01	Péntek 10.02
Ebéd	Tárkonyos raguleves (7;9;) EN:308.9kcal ZS:18.3g TZS:5.2g SZH:12.5g CK:4.1g FH:21.3g SÓ:2.3g 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:504.1kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:86.4g CK:4.2g FH:14.6g SÓ:1.6g 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:126.3kcal ZS:3.9g TZS:2.8g SZH:17.7g CK:1.1g FH:4.5g SÓ:1.3g 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:2.0g 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:149.7kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:23.8g CK:3.4g FH:3.5g SÓ:1.4g Szárnyasragu (1;) EN:330.7kcal ZS:25.4g TZS:3.5g SZH:7.3g CK:0.1g FH:17.5g SÓ:1.9g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:200.3kcal ZS:8.3g TZS:3.9g SZH:23.9g CK:4.3g FH:6.9g SÓ:0.7g 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:53.4kcal ZS:1.2g TZS:0.3g SZH:7.8g CK:3.2g FH:2.5g SÓ:0.2g Cérnametélt (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:659.2kcal ZS:18.9g TZS:3.4g SZH:95.7g CK:0.3g FH:26.1g SÓ:2.1g 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:108.9kcal ZS:2.5g TZS:0.3g SZH:17.0g CK:6.5g FH:3.9g SÓ:7.3g Sertés aprópecsenye (1;) EN:270.7kcal ZS:18.3g TZS:3.8g SZH:3.2g CK:0.0g FH:21.5g SÓ:2.2g Sárgaborsófőzelék (1;) EN:472.2kcal ZS:14.4g TZS:2.3g SZH:60.4g CK:5.4g FH:22.8g SÓ:1.4g 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