

	Hétfő 09.28	Kedd 09.29	Szerda 09.30	Csütörtök 10.01	Péntek 10.02
Tízórai	Barackos tea * (12;) EN: 0.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Lapka sajt (7;) EN: 56.8 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 3.2 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.7 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.5 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Citromos tea * EN: 0.7 kcal; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Magyaros margarinkrém EN: 22.5 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 0.7 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.2 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g;	Meggyes tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Sonkás padlizsánkrém (10;) EN: 88.4 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 2.2 g; SZH: 2.4 g; CK: 0.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 1.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g;	Citromos tea * EN: 0.7 kcal; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; sült paprikakrém (7;) EN: 93.6 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 5.7 g; SZH: 1.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g;	Erdei gyümölcs tea * EN: 0.2 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Zöldfűszeres harcsapástétom (4;) EN: 100.2 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.1 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.4 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Lilahagyma EN: 12.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;
Ebéd	Tárkonyos csirkeragu leves (1;9;12;) EN: 74.5 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 5.5 g; CK: 0.7 g; FH: 8.5 g; SÓ: 2.2 g; Natúr szelet (1;) EN: 224.6 kcal; ZS: 14.6 g; TZS: 3.4 g; SZH: 5.6 g; CK: 0.0 g; FH: 17.6 g; SÓ: 1.6 g; Meggy mártás * (1;12;) EN: 78.0 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 17.2 g; CK: 8.9 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g; Főtt burgonya (12;) EN: 90.2 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 17.7 g; CK: 0.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.1 g;	Brokkoli krémleves (1;12;) EN: 83.8 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.1 g; CK: 1.3 g; FH: 3.6 g; SÓ: 1.1 g; Pirított kenyérkocka (1;) EN: 26.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.1 g; CK: 0.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; Zöldfűszeres csirkeragu EN: 198.6 kcal; ZS: 10.8 g; TZS: 2.0 g; SZH: 3.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.3 g; SÓ: 1.4 g; Tészta köret (1;) EN: 159.7 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 0.8 g; SZH: 21.6 g; CK: 1.1 g; FH: 3.7 g; SÓ: 0.9 g;	Zöldségleves (1;) EN: 63.8 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.3 g; SZH: 8.2 g; CK: 2.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.6 g; Mediterrán sertésragu EN: 107.2 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.6 g; FH: 13.1 g; SÓ: 0.7 g; Párolt köles EN: 216.4 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 0.8 g; SZH: 35.0 g; CK: 0.1 g; FH: 5.4 g; SÓ: 0.5 g;	Erőleves (9;12;) EN: 52.7 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 3.7 g; CK: 0.0 g; FH: 3.3 g; SÓ: 1.1 g; Lecsós sertésragu EN: 200.3 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 2.5 g; SZH: 8.0 g; CK: 1.4 g; FH: 17.3 g; SÓ: 1.4 g; Rizs köret EN: 170.6 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.2 g; SZH: 34.5 g; CK: 0.0 g; FH: 4.1 g; SÓ: 2.0 g;	Magyaros Zöldségleves zeller m. (1;) EN: 52.6 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.8 g; CK: 0.4 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.5 g; Főtt virsli EN: 115.2 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 1.3 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.2 g; FH: 6.6 g; SÓ: 1.3 g; Zöldborsófőzelék * (1;) EN: 196.1 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 0.8 g; SZH: 22.1 g; CK: 0.0 g; FH: 9.7 g; SÓ: 1.2 g; Alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;
Uzsonna	Sertés párizsi EN: 69.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.6 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g;	Baromfi húskrém EN: 98.7 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.4 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g; Kígyóborka EN: 3.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	Mátrai csemege szalámi EN: 96.0 kcal; ZS: 3.8 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.6 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Soproni felvágott EN: 69.6 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 2.3 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.4 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.7 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g; Kígyóborka EN: 3.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	Házi zöldségkrém EN: 147.9 kcal; ZS: 15.8 g; TZS: 7.9 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.5 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.7 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;