

	Hétfő 09.14	Kedd 09.15	Szerda 09.16	Csütörtök 09.17	Péntek 09.18
Ebéd	Csicseriborsó leves (1;7;12;) EN:239.2kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:27.6g CK:2.5g FH:10.3g SÓ:1.1g Tehéntúró (7;) EN:58.8kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:1.5g CK:1.5g FH:6.4g SÓ:0.0g Tejföl (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g 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 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:126.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.3g FH:4.5g SÓ:0.7g	Csontleves (9;) EN:226.1kcal ZS:14.8g TZS:3.5g SZH:8.9g CK:4.4g FH:12.7g SÓ:4.6g Eperlevél (1;) EN:52.6kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.8g CK:0.5g FH:1.9g SÓ:0.1g Pulykapörkölt (1;) EN:199.2kcal ZS:11.6g TZS:2.0g SZH:4.0g CK:0.6g FH:19.3g SÓ:1.8g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:157.2kcal ZS:6.4g TZS:2.9g SZH:16.7g CK:4.9g FH:6.3g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:126.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.3g FH:4.5g SÓ:0.7g	Zöldségkrémleves (1;7;9;) EN:105.4kcal ZS:3.3g TZS:2.2g SZH:13.7g CK:4.8g FH:4.5g SÓ:2.3g 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 Főtt sertés szelet (1;) EN:204.7kcal ZS:12.5g TZS:3.4g SZH:2.7g CK:0.0g FH:19.2g SÓ:0.4g Kapormártás (1;7;) EN:186.3kcal ZS:10.2g TZS:3.9g SZH:20.8g CK:11.3g FH:2.3g SÓ:2.0g Főtt burgonya (12;) EN:161.7kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:27.6g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:2.2g	Paradicsomleves (1;9;) EN:192.3kcal ZS:4.6g TZS:0.5g SZH:34.8g CK:20.3g FH:2.7g SÓ:0.6g Zöldséges sertésragu (1;) EN:219.5kcal ZS:11.0g TZS:2.4g SZH:11.5g CK:2.4g FH:16.9g SÓ:0.8g Párolt rizs EN:431.8kcal ZS:2.2g TZS:0.3g SZH:93.0g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.5g	Zöldségleves (9;) EN:93.5kcal ZS:1.9g TZS:0.2g SZH:15.2g CK:6.6g FH:3.2g SÓ:7.1g Spenótos halporció (1;4;7;) EN:281.7kcal ZS:13.6g TZS:1.4g SZH:26.4g CK:1.3g FH:13.2g SÓ:1.4g Petrezselymes burgonya (12;) EN:303.2kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:55.2g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:2.2g Körte EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g