

	Hétfő 03.09	Kedd 03.10	Szerda 03.11	Csütörtök 03.12	Péntek 03.13
Tízórai	Gyümölcsstea EN: 32.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Zöldfűszeres tonhalkrém (4;7;) EN: 103.5 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 2.8 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.5 g; CA: 5.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Tej 2dl (7;) EN: 90.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.8 g; SZH: 9.2 g; CK: 9.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN: 43.2 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 2.6 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.5 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g; Hónapos retek EN: 1.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Tej 2dl (7;) EN: 90.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.8 g; SZH: 9.2 g; CK: 9.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; 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; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g; Rágórépa 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; CA: 0.0 mg;	Kakaó (7;) EN: 122.6 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 16.3 g; CK: 16.2 g; FH: 6.2 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; 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; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Gyümölcsstea EN: 32.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi csirkemájkrém (7;) EN: 119.9 kcal; ZS: 8.2 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.4 g; FH: 10.1 g; SÓ: 1.0 g; CA: 9.8 mg; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 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; CA: 0.0 mg;
Ebéd	Palóclevés (sertés) (7;10;12;) EN: 236.4 kcal; ZS: 15.3 g; TZS: 4.9 g; SZH: 13.4 g; CK: 1.5 g; FH: 11.3 g; SÓ: 0.7 g; CA: 18.2 mg; Darás metélt EN: 409.2 kcal; ZS: 7.7 g; TZS: 0.9 g; SZH: 77.9 g; CK: 2.9 g; FH: 4.9 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Baracklekvár EN: 121.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 29.0 g; CK: 25.5 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	Magyaros zellerleves (9;) EN: 89.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.2 g; SZH: 16.4 g; CK: 0.8 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Főtt tojás (3;) EN: 73.3 kcal; ZS: 4.4 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.2 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; Parajfőzelék EN: 122.0 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 24.1 g; CK: 6.1 g; FH: 2.0 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Gyömbéres rizskeksz EN: 70.4 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 1.0 g; SZH: 15.4 g; CK: 4.5 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.0 g;	Magyaros reszeltészta leves (9;12;) EN: 80.5 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 14.2 g; CK: 0.4 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Sült csirkecomb filé EN: 144.3 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 18.8 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Petrezselymes burgonya (12;) EN: 351.0 kcal; ZS: 12.5 g; TZS: 5.6 g; SZH: 48.0 g; CK: 0.0 g; FH: 6.5 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Cékla saláta * (10;) EN: 24.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.0 g; CK: 2.9 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;	Paradicsomleves (9;) EN: 181.8 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 37.5 g; CK: 15.9 g; FH: 4.3 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Zöldséges rizshús (sertés) (9;) EN: 383.7 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 1.6 g; SZH: 60.5 g; CK: 2.9 g; FH: 19.9 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Csemege uborka * (10;12;) EN: 6.6 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.2 g; FH: 0.5 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg;	Zöldséges fejtettbableves (12;) EN: 132.3 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.9 g; CK: 3.1 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Fűszeres csirkefalatok EN: 154.1 kcal; ZS: 7.9 g; TZS: 1.9 g; SZH: 3.4 g; CK: 0.2 g; FH: 16.9 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Cukkíni főzelék EN: 58.7 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.1 g; SZH: 11.0 g; CK: 1.2 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; körte EN: 52.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;
Uzsonna	Edami sajt (7;) EN: 126.4 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 6.4 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.8 g; FH: 10.4 g; SÓ: 0.3 g; CA: 320.0 mg; 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; CA: 0.0 mg; Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g;	Házi sertés húskrém EN: 101.6 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 3.5 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 6.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Vaníliás túrókrém (7;) EN: 53.5 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.1 g; SZH: 5.7 g; CK: 4.4 g; FH: 3.7 g; SÓ: 0.0 g; CA: 34.0 mg; Puffasztott rizs EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;	Fürdői sonka EN: 140.1 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.4 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.2 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 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; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóuborka 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; CA: 0.0 mg;	Házi gyümölcsjoghurt (7;) EN: 103.5 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 3.4 g; SZH: 8.4 g; CK: 8.4 g; FH: 5.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 180.0 mg; Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;