

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Tízórai	<p>Citromos 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;</p> <p>magyaros margarinkrém EN: 216.0 kcal; ZS: 24.0 g; TZS: 7.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.4 g;</p> <p>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;</p> <p>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;</p>	<p>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;</p> <p>Brokkolikrém EN: 86.4 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 4.2 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.3 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.3 g;</p> <p>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;</p>	<p>Citromos 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;</p> <p>Zala felvágott EN: 72.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.1 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.7 g;</p> <p>Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1;) EN: 52.9 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.3 g; CK: 0.2 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g;</p> <p>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;</p>	<p>Málna tea * (12;) 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;</p> <p>Sonkakrém EN: 99.5 kcal; ZS: 8.7 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.6 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 g;</p> <p>Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;</p> <p>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;</p>	<p>Barackos 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;</p> <p>Füstölt pulyka párizsi EN: 63.6 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 2.0 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.1 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.6 g;</p> <p>Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;</p> <p>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;</p> <p>Jégcsapretek EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.0 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.0 g;</p>
Ebéd	<p>Tárkonyos csirkeragu leves (1;9;12;) EN: 83.8 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 0.6 g; SZH: 6.2 g; CK: 0.8 g; FH: 9.6 g; SÓ: 2.5 g;</p> <p>Sertéssült EN: 167.4 kcal; ZS: 9.6 g; TZS: 3.1 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 18.9 g; SÓ: 1.0 g;</p> <p>Főtt burgonya (12;) EN: 157.9 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.9 g; CK: 0.0 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 g;</p> <p>Párolt zöldbab 1/2 EN: 54.4 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.2 g; SZH: 6.6 g; CK: 1.7 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.5 g;</p> <p>Őszibarack EN: 32.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.2 g; CK: 7.2 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g;</p>	<p>Zöldségleves (1;) EN: 69.0 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 8.1 g; CK: 1.6 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.6 g;</p> <p>Zöldfűszeres csirkemell szelet EN: 139.1 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 0.7 g;</p> <p>Hagymás tört burgonya 1/2 (12;) EN: 171.9 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 0.3 g; SZH: 28.8 g; CK: 0.0 g; FH: 3.9 g; SÓ: 1.0 g;</p> <p>Kekszgolyó * (1;12;) EN: 96.5 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 1.1 g; SZH: 16.1 g; CK: 3.8 g; FH: 2.7 g; SÓ: 0.3 g;</p>	<p>Karalábé krémleves (1;) EN: 79.2 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.3 g; SZH: 13.4 g; CK: 1.4 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.2 g;</p> <p>Sertés pörkölt EN: 202.2 kcal; ZS: 11.0 g; TZS: 2.5 g; SZH: 3.1 g; CK: 0.0 g; FH: 21.1 g; SÓ: 1.4 g;</p> <p>Tészta köret (1;) EN: 202.6 kcal; ZS: 7.4 g; TZS: 0.9 g; SZH: 28.8 g; CK: 1.4 g; FH: 4.9 g; SÓ: 1.0 g;</p> <p>Cékla saláta * EN: 44.1 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.7 g; CK: 5.5 g; FH: 0.9 g; SÓ: 1.8 g;</p>	<p>Hamis gulyásleves (9;12;) EN: 136.2 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 0.7 g; SZH: 15.4 g; CK: 0.0 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.7 g;</p> <p>Natúr sertészelet (1;) EN: 174.0 kcal; ZS: 9.5 g; TZS: 2.2 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.0 g; FH: 18.7 g; SÓ: 0.3 g;</p> <p>Finomfőzelék * (1;) EN: 197.8 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 0.8 g; SZH: 26.8 g; CK: 0.0 g; FH: 5.9 g; SÓ: 1.3 g;</p> <p>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;</p>	<p>Zöldbableves (1;) EN: 108.3 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 12.4 g; CK: 2.2 g; FH: 2.9 g; SÓ: 1.2 g;</p> <p>Mustáros csirkeragu (1;10;) EN: 232.1 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 4.5 g; SZH: 15.4 g; CK: 0.3 g; FH: 16.2 g; SÓ: 0.8 g;</p> <p>Kuszkusz köret 100g (1;) EN: 154.0 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.4 g; SZH: 25.5 g; CK: 1.1 g; FH: 4.6 g; SÓ: 0.4 g;</p>
Uzsonna	<p>Prágai pulyka sonka EN: 25.0 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.8 g;</p> <p>Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;</p> <p>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;</p> <p>Jégcsapretek EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.0 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.0 g;</p>	<p>Kenőmájás (sertés) EN: 65.7 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 2.5 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.4 g; FH: 2.7 g; SÓ: 0.7 g;</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1;) EN: 52.9 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.3 g; CK: 0.2 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g;</p> <p>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;</p>	<p>Házi babkrém EN: 61.9 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 0.8 g; SZH: 7.0 g; CK: 0.0 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.6 g;</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1;) EN: 52.9 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.3 g; CK: 0.2 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g;</p> <p>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;</p>	<p>Tonhalkrém (4;10;12;) EN: 196.6 kcal; ZS: 18.4 g; TZS: 7.6 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 7.6 g; SÓ: 0.5 g;</p> <p>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;</p> <p>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;</p>	<p>Fűszeres gombakrém EN: 59.6 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.1 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.4 g;</p> <p>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;</p>