

	Hétfő 11.03	Kedd 11.04	Szerda 11.05	Csütörtök 11.06	Péntek 11.07
Ebéd	Árpagyöngyleves (1;9;12;) EN:202.2kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:33.5g CK:3.9g FH:5.0g SÓ:1.5g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:535.2kcal ZS:14.2g TZS:3.5g SZH:64.9g CK:4.6g FH:27.4g SÓ:0.1g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:126.0kcal ZS:9.0g TZS:2.7g FH:10.8g Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Alma EN:87.5kcal ZS:1.0g SZH:17.5g FH:1.0g Porcukor szórat EN:123.0kcal SZH:30.0g CK:30.0g Sertésraguleves (7;9;) EN:262.3kcal ZS:15.9g TZS:4.5g SZH:8.2g CK:2.7g FH:19.6g SÓ:2.3g CA:0.0mg Sárgabarackos gombóc (1;3;) EN:1177.9kcal ZS:33.8g TZS:3.0g SZH:129.8g CK:18.4g FH:14.9g SÓ:3.1g	Rántott halrúd (1;4;) EN:426.9kcal ZS:30.3g TZS:3.1g SZH:23.5g CK:0.7g FH:13.6g SÓ:0.7g Gyümölcsleves (1;7;) EN:234.6kcal ZS:6.2g TZS:4.0g SZH:40.4g CK:31.0g FH:2.3g SÓ:0.7g CA:36.0mg Párolt rizs EN:431.8kcal ZS:2.2g TZS:0.3g SZH:93.0g FH:11.2g SÓ:1.5g Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Alma EN:87.5kcal ZS:1.0g SZH:17.5g FH:1.0g Zöldségkrémleves (1;7;) EN:109.4kcal ZS:3.2g TZS:2.0g SZH:14.8g CK:4.0g FH:4.9g SÓ:2.8g CA:0.0mg Főtt burgonya (12;) EN:302.7kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:55.2g FH:7.5g SÓ:2.0g Lecsós sertésfalatok EN:297.0kcal ZS:16.2g TZS:3.3g SZH:10.0g CK:2.0g FH:23.0g SÓ:2.7g CA:0.0mg 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	Karalábéleves (1;9;) EN:174.7kcal ZS:6.7g TZS:0.8g SZH:23.8g CK:2.3g FH:3.9g SÓ:2.5g CA:0.0mg Tésztaköret (1;) EN:504.1kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:86.4g CK:4.2g FH:14.6g SÓ:1.6g Vadas falatok (1;7;9;) EN:275.5kcal ZS:13.7g TZS:4.7g SZH:11.4g CK:4.7g FH:24.5g SÓ:1.6g CA:0.0mg