

	Hétfő 01.12	Kedd 01.13	Szerda 01.14	Csütörtök 01.15	Péntek 01.16
Ebéd	Babgulyás (1;3;9;) EN:549.9kcal ZS:9.0g TZS:1.6g SZH:87.9g CK:1.5g FH:26.0g SÓ:1.6g Tejbedara (1;7;) EN:583.8kcal ZS:11.9g TZS:6.3g SZH:100.3g CK:20.0g FH:18.6g SÓ:0.4g Kakaószórat EN:120.8kcal ZS:2.1g TZS:1.3g SZH:21.3g CK:20.1g FH:2.2g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:92.7kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:13.2g CK:2.8g FH:2.6g SÓ:1.4g Sertéspörkölt (1;) EN:227.8kcal ZS:14.7g TZS:2.7g SZH:4.8g CK:0.5g FH:16.9g SÓ:1.8g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:156.9kcal ZS:6.4g TZS:2.9g SZH:16.7g CK:4.9g FH:6.3g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g	Póréhagymaleves (3;7;9;) EN:125.6kcal ZS:9.8g TZS:2.9g SZH:6.5g CK:1.0g FH:2.6g SÓ:0.9g 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 Rántott csirkemell (1;3;) EN:564.1kcal ZS:34.4g TZS:4.4g SZH:39.0g CK:0.4g FH:22.9g SÓ:2.2g Rizibizi EN:507.2kcal ZS:8.9g TZS:1.1g SZH:92.2g FH:14.3g SÓ:0.9g Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Magyaros gombaleves (1;9;) EN:156.3kcal ZS:4.7g TZS:0.5g SZH:20.5g CK:2.6g FH:7.1g SÓ:0.7g Vadas falatok (1;7;9;) EN:226.3kcal ZS:11.2g TZS:3.9g SZH:9.4g CK:3.9g FH:20.1g SÓ:1.3g Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.3g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:175.9kcal ZS:4.3g TZS:3.4g SZH:30.3g CK:22.4g FH:2.7g SÓ:0.6g Főtt virsli EN:164.4kcal ZS:15.0g TZS:4.6g FH:7.8g SÓ:1.3g Paprikás burgonya (12;) EN:469.8kcal ZS:13.7g TZS:3.6g SZH:68.7g CK:0.6g FH:10.3g SÓ:1.3g Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g