

	Hétfő 01.19	Kedd 01.20	Szerda 01.21	Csütörtök 01.22	Péntek 01.23
Ebéd	Tejfölös zöldbableves (1;7;9;) EN:128.9kcal ZS:6.9g TZS:3.2g SZH:11.6g CK:3.1g FH:3.9g SÓ:1.2g Rántott halrúd (1;4;) EN:379.4kcal ZS:28.1g TZS:2.9g SZH:19.2g CK:0.6g FH:11.1g SÓ:0.6g Karottás rizs EN:500.2kcal ZS:8.7g TZS:1.0g SZH:95.1g CK:0.8g FH:11.5g SÓ:0.9g Cékla * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g 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	Májgaluskaleves (1;3;9;) EN:234.2kcal ZS:8.5g TZS:1.5g SZH:28.3g CK:0.8g FH:9.9g SÓ:1.7g Szilvalekváros gombóc (1;3;12;) EN:823.9kcal ZS:30.8g TZS:3.0g SZH:114.8g CK:26.5g FH:15.8g SÓ:3.2g Fahéjszórat EN:80.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:19.4g FH:0.0g SÓ:0.0g Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g	Csontleves (9;) EN:218.8kcal ZS:14.8g TZS:3.5g SZH:7.4g CK:3.2g FH:12.4g SÓ:1.6g Eperlevél (1;) EN:52.6kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.8g CK:0.5g FH:1.9g SÓ:0.1g Húsgombóc (3;) EN:253.8kcal ZS:14.4g TZS:5.0g SZH:16.2g CK:0.2g FH:14.9g SÓ:1.2g Paradicsommártás (1;9;) EN:161.1kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:35.2g CK:20.6g FH:2.8g SÓ:1.2g Főtt burgonya (12;) EN:161.7kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:2.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Reszelt tésztaleves (1;) EN:161.2kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:17.5g CK:3.7g FH:3.1g SÓ:1.2g Székelykáposzta (1;) EN:262.4kcal ZS:14.0g TZS:2.5g SZH:13.0g CK:4.6g FH:19.6g SÓ:1.1g Tejfölmártás (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Tavaszi zöldségleves EN:80.0kcal ZS:1.8g TZS:0.2g SZH:12.7g CK:1.6g FH:2.9g SÓ:1.1g Csirkepaprikás (1;7;12;) EN:335.1kcal ZS:26.1g TZS:8.4g SZH:7.4g CK:0.9g FH:16.4g SÓ:1.8g Tésztaköret (1;) EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.3g Kiwi EN:36.4kcal SZH:7.9g FH:0.7g