

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
Tízórai	Citromos tea EN: 32.8 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; Álomsonka EN: 29.6 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.1 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g; 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g; Kígyóborka 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;	Gyümölcs tea 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; Sonkás céklakrém EN: 93.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 2.2 g; SZH: 4.4 g; CK: 2.9 g; FH: 3.6 g; SÓ: 1.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;	Málna tea EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; 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: 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;	Barackos tea EN: 32.8 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; méz EN: 60.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 16.5 g; CK: 16.4 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;	Erdei gyümölcs tea EN: 32.8 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; 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; 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 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;
Ebéd	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN: 215.9 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 1.9 g; SZH: 15.6 g; CK: 1.3 g; FH: 14.2 g; SÓ: 1.3 g; Tejben dara TM (1;) EN: 360.8 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.7 g; SZH: 77.9 g; CK: 42.4 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.3 g; Kakaó szórát EN: 119.7 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 27.4 g; CK: 27.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g; 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;	Reszelttészta leves zellermentes (1;) EN: 96.8 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 16.3 g; CK: 2.7 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.7 g; Húsgombóc EN: 249.2 kcal; ZS: 15.9 g; TZS: 5.1 g; SZH: 12.5 g; CK: 0.0 g; FH: 14.1 g; SÓ: 1.1 g; Paradicsom mártás (1;9;) EN: 194.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 41.1 g; CK: 23.6 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.1 g; Főtt burgonya (12;) EN: 253.8 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 49.7 g; CK: 0.0 g; FH: 6.8 g; SÓ: 0.8 g; Almás sütemény (1;) EN: 183.4 kcal; ZS: 4.2 g; TZS: 0.5 g; SZH: 33.3 g; CK: 11.7 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.2 g;	Brokkoli krémleves (1;) EN: 123.5 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.3 g; SZH: 24.6 g; CK: 7.8 g; FH: 2.3 g; SÓ: 1.3 g; Píritott kenyérvackó (1;) EN: 26.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.1 g; CK: 0.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; Zöldséges halragu (1;4;9;12;) EN: 117.8 kcal; ZS: 5.8 g; TZS: 1.4 g; SZH: 8.9 g; CK: 2.2 g; FH: 9.3 g; SÓ: 1.5 g; Rizs köret EN: 315.1 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 63.2 g; CK: 0.0 g; FH: 7.6 g; SÓ: 0.0 g; Körte EN: 67.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.6 g; CK: 2.0 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.0 g;	Csontleves tésztával (1;9;) EN: 93.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 18.2 g; CK: 3.0 g; FH: 3.5 g; SÓ: 2.5 g; Főtt virsli EN: 115.2 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 1.3 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.2 g; FH: 6.6 g; SÓ: 1.3 g; Fejtett babfőzelék (1;) EN: 178.5 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 0.7 g; SZH: 19.3 g; CK: 1.5 g; FH: 7.9 g; SÓ: 0.8 g;	Őszibarackkrémleves (1;) EN: 203.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 49.1 g; CK: 26.0 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.5 g; Budapesti pulykaragu EN: 203.6 kcal; ZS: 14.3 g; TZS: 4.3 g; SZH: 4.5 g; CK: 0.2 g; FH: 13.4 g; SÓ: 1.3 g; Bulgur köret (1;) EN: 288.4 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 53.8 g; CK: 1.7 g; FH: 9.7 g; SÓ: 0.0 g; 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;
Uzsonna	Padlizsánkrém (10;) EN: 66.6 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.1 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.9 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Zöldhagyma EN: 7.6 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 0.2 g; FH: 0.4 g;	Házi sertés húskrém EN: 126.4 kcal; ZS: 10.1 g; TZS: 4.4 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 8.2 g; SÓ: 0.1 g; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Kígyóborka 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;	Cukkínikrém EN: 64.0 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 3.2 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.3 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.8 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 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;	Csirkemell sonka EN: 27.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.2 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.8 g; 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; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; 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;	Házi zöldségkrém EN: 197.2 kcal; ZS: 21.1 g; TZS: 10.5 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.7 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.7 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Kígyóborka 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;