

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Tízórai	Gyümölcs tea EN: 35.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.8 g; CK: 8.8 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi sertés húskrém EN: 88.4 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 6.2 g; SÓ: 0.1 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Kakaó (7;) EN: 124.6 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 2.1 g; SZH: 17.1 g; CK: 17.0 g; FH: 6.8 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; lekvár EN: 66.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 16.0 g; CK: 15.8 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Málna tea EN: 35.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.8 g; CK: 8.8 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Tonhalkrém (4;7;10;) EN: 99.8 kcal; ZS: 7.4 g; TZS: 2.5 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.4 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.5 g; CA: 7.5 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Citromos tea EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Gépsonka EN: 35.1 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.5 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.7 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Rágórépa EN: 12.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 2.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Gyümölcs tea EN: 35.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.8 g; CK: 8.8 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Baromfi párizsi EN: 60.9 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.8 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.3 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.6 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	
Ebéd	Frankfurtileves (7;12;) EN: 291.6 kcal; ZS: 18.7 g; TZS: 6.1 g; SZH: 20.6 g; CK: 0.8 g; FH: 9.2 g; SÓ: 1.9 g; CA: 0.0 mg; Tejberizs (7;) EN: 307.0 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 2.3 g; SZH: 57.8 g; CK: 19.0 g; FH: 11.9 g; SÓ: 0.7 g; CA: 264.0 mg; Kakaó szórát EN: 81.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.3 g; SZH: 18.3 g; CK: 18.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; Mandarin EN: 45.0 kcal; SZH: 9.8 g; FH: 0.7 g;	Fejtett bableves (9;) EN: 122.0 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 22.6 g; CK: 2.2 g; FH: 5.0 g; SÓ: 1.1 g; Pincepörkölt (sertés) (12;) EN: 347.0 kcal; ZS: 11.2 g; TZS: 2.2 g; SZH: 35.3 g; CK: 0.0 g; FH: 21.3 g; SÓ: 1.1 g; Csemege uborka * (10;12;) EN: 6.6 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.2 g; FH: 0.5 g; SÓ: 1.0 g;	Zöldborsóleves EN: 138.6 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 14.7 g; CK: 1.4 g; FH: 6.2 g; SÓ: 0.3 g; Csirkepaprikás (7;) EN: 197.8 kcal; ZS: 12.2 g; TZS: 3.7 g; SZH: 5.7 g; CK: 0.7 g; FH: 15.6 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Párolt köles EN: 218.0 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 0.9 g; SZH: 36.0 g; CK: 3.0 g; FH: 5.5 g; SÓ: 0.7 g;	Magyaros reszelttszta leves (9;12;) EN: 68.2 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.2 g; SZH: 11.8 g; CK: 0.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.9 g; Szárnys vagdalt EN: 151.1 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.0 g; SZH: 19.1 g; CK: 0.1 g; FH: 11.5 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Karalábé főzelék (7;) EN: 161.8 kcal; ZS: 7.9 g; TZS: 1.0 g; SZH: 18.4 g; CK: 9.8 g; FH: 2.9 g; SÓ: 1.1 g; CA: 21.0 mg;	Vegyes gyümölcsleves (7;) EN: 139.3 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 2.1 g; SZH: 24.5 g; CK: 14.3 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.5 g; CA: 31.5 mg; Sertés rizottó (9;) EN: 382.2 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 1.6 g; SZH: 59.4 g; CK: 2.0 g; FH: 20.6 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Csalamádé (10;12;) EN: 10.8 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.4 g; CK: 1.2 g; FH: 0.5 g;	Zöldségkrémleves (7;) EN: 55.3 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 8.3 g; CK: 0.4 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.8 g; CA: 12.0 mg; Pírtott kenyérkocka EN: 26.1 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 5.8 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.2 g; Sült csirkecomb felső EN: 250.4 kcal; ZS: 12.3 g; TZS: 9.6 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.5 g; FH: 33.1 g; SÓ: 1.6 g; Petrezselymes burgonya (12;) EN: 351.0 kcal; ZS: 12.5 g; TZS: 5.6 g; SZH: 48.0 g; FH: 6.5 g; SÓ: 0.9 g; Csemege uborka * (10;12;) EN: 6.6 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.2 g; FH: 0.5 g; SÓ: 1.0 g;	
Uzsonna	Gyümölcsös joghurt (7;) EN: 103.8 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 1.4 g; SZH: 13.8 g; CK: 13.8 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 125.0 mg;	Magyaros szendvicskrém (7;) EN: 116.8 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 7.6 g; SZH: 1.2 g; CK: 1.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 30.0 mg;	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;	Edami sajt (7;) EN: 126.4 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 6.4 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.8 g; FH: 10.4 g; SÓ: 0.3 g; CA: 320.0 mg;	Brokkolikrém (7;) EN: 94.5 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 5.7 g; SZH: 1.6 g; CK: 1.2 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.5 g; CA: 22.5 mg;	Sonkakrém (7;) EN: 110.2 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 5.5 g; SZH: 1.9 g; CK: 1.3 g; FH: 5.1 g; SÓ: 1.0 g; CA: 18.8 mg;	

Gasztvital	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Uzsonna	Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;	Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Lilahagyma EN: 12.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 2.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;	Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	