

	Hétfő 05.04	Kedd 05.05	Szerda 05.06	Csütörtök 05.07	Péntek 05.08
Tízórai	Poharas tej (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; Házi zöldségkrém EN: 147.9 kcal; ZS: 15.8 g; TZS: 7.9 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.5 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;	Poharas tej (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; 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; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;	Tea szőlőcukorral EN: 14.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Magvas szárnyas májkrém EN: 208.6 kcal; ZS: 18.9 g; TZS: 5.7 g; SZH: 3.9 g; CK: 0.0 g; FH: 5.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;	Tea szőlőcukorral EN: 26.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; magyaros margarinkrém EN: 162.0 kcal; ZS: 18.0 g; TZS: 5.7 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;	Poharas tej (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; Marha párizsi EN: 72.0 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 2.5 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.1 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;
Ebéd	Sertés gulyás leves D (9;12;) EN: 112.6 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.1 g; SZH: 5.5 g; CK: 0.0 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Tejberizs szőlőcukorral EN: 328.3 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.5 g; SZH: 70.3 g; CK: 13.6 g; FH: 5.5 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Fahéj szórát szőlőcukorral EN: 55.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 13.5 g; CK: 13.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Zöldségkrémleves (1;9;) EN: 45.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 0.9 g; FH: 1.7 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Pirított tökmag EN: 108.2 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 1.7 g; SZH: 3.6 g; CK: 0.2 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.0 g; Zöldfűszeres sertés ragu (1;) EN: 173.6 kcal; ZS: 9.9 g; TZS: 2.1 g; SZH: 3.1 g; CK: 0.0 g; FH: 16.9 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Bulgur köret (1;) EN: 246.4 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 49.0 g; CK: 7.0 g; FH: 9.1 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Kakaós kölespuding szőlőcukorral EN: 38.6 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 7.4 g; CK: 2.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Kertész leves (9;) EN: 106.5 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 0.3 g; SZH: 16.2 g; CK: 2.8 g; FH: 3.2 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Párolt sertésszelet EN: 127.0 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.7 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 16.4 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Kapor mártás fruktózszegevény (1;) EN: 126.5 kcal; ZS: 8.7 g; TZS: 4.2 g; SZH: 10.3 g; CK: 1.8 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Főtt burgonya 1/2 (12;) EN: 188.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 36.8 g; CK: 0.0 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Reszelttészta leves (1;9;12;) EN: 117.0 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 0.8 g; SZH: 11.8 g; CK: 0.4 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Sült csirkemell EN: 138.9 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Karalábé főzelék fruktózszegevény (1;) EN: 148.1 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 0.7 g; SZH: 18.8 g; CK: 9.7 g; FH: 2.8 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;	Magyaros zellerleves (1;9;) EN: 56.9 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.2 g; SZH: 8.3 g; CK: 1.4 g; FH: 1.6 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Halvagdalt (1;4;) EN: 198.8 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.6 g; SZH: 26.9 g; CK: 0.6 g; FH: 8.2 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Burgonyapüré (12;) EN: 220.9 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.5 g; SZH: 41.2 g; CK: 3.0 g; FH: 4.8 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;
Uzsonna	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: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;	Tonhalkrém (4;10;) EN: 167.1 kcal; ZS: 15.7 g; TZS: 4.3 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	sült paprikakrém EN: 89.7 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 2.8 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.7 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;	Prágai pulyka sonka EN: 25.0 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.8 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Padlizsánkrém (10;) EN: 67.8 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.0 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.1 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;