

	Hétfő 10.05	Kedd 10.06	Szerda 10.07	Csütörtök 10.08	Péntek 10.09
Tízórai	Barackos tea * (12;) EN: 0.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Füstölt csirkemellsonka EN: 18.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.5 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; Teljeskiőrlésű kenyér 2 dkg (1;) EN: 47.4 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.8 g; CK: 0.3 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.3 g;	Gyümölcs tea * EN: 0.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Magvas szárnyas májkrém EN: 121.5 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 3.6 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.0 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.0 g; Teljeskiőrlésű kenyér 2 dkg (1;) EN: 47.4 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.8 g; CK: 0.3 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.3 g; Paprika EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	Meggyes tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Padlizsános krém EN: 25.8 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.7 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.6 g; Teljeskiőrlésű kenyér 2 dkg (1;) EN: 47.4 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.8 g; CK: 0.3 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.3 g;	Barackos tea * (12;) EN: 0.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Baromfihúskrém EN: 98.7 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.4 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.3 g; Teljeskiőrlésű kenyér 2 dkg (1;) EN: 47.4 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.8 g; CK: 0.3 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.3 g;	Citromos tea * EN: 0.6 kcal; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Provance margarinkrém EN: 67.6 kcal; ZS: 7.5 g; TZS: 2.1 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.2 g; Teljeskiőrlésű kenyér 2 dkg (1;) EN: 47.4 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.8 g; CK: 0.3 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.3 g; Sárgarépa csíkok EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 2.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;
Ebéd	Gulyásleves (1;12;) EN: 142.2 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 0.9 g; SZH: 15.1 g; CK: 0.9 g; FH: 8.8 g; SÓ: 1.2 g; Főtt virsli EN: 105.6 kcal; ZS: 8.3 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 1.2 g; Szárazbabfőzelék (1;) EN: 213.4 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 4.0 g; SZH: 24.1 g; CK: 1.5 g; FH: 9.5 g; SÓ: 0.3 g;	Almás-paszternák krémleves (1;) EN: 142.6 kcal; ZS: 9.5 g; TZS: 2.6 g; SZH: 12.0 g; CK: 3.4 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.8 g; Sárgarépás pulykaragu EN: 113.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.1 g; SZH: 3.7 g; CK: 0.9 g; FH: 8.6 g; SÓ: 0.2 g; Bulgur köret (1;) EN: 111.8 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.2 g; SZH: 20.2 g; CK: 0.6 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.5 g;	Zöldségleves EN: 54.2 kcal; ZS: 3.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 4.2 g; CK: 1.6 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.1 g; Csirkepörkölt EN: 130.0 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 1.3 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.0 g; FH: 12.9 g; SÓ: 1.0 g; Tökfőzelék * (1;) EN: 189.1 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 0.7 g; SZH: 30.1 g; CK: 1.3 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.7 g;	Magyaros karalábéleves EN: 75.4 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 0.7 g; SZH: 3.0 g; CK: 0.8 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g; Natúr csirkemell (1;) EN: 125.2 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 1.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 0.0 g; FH: 13.4 g; SÓ: 1.0 g; Burgonyapüré 1/2 (12;) EN: 176.3 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 3.5 g; SZH: 26.0 g; CK: 0.2 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.9 g;	Meggyleves * (1;) EN: 80.7 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 2.7 g; SZH: 11.4 g; CK: 7.1 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.2 g; Zöldfűszeres halragu (4;) EN: 112.5 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 4.0 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.2 g; FH: 7.4 g; SÓ: 0.8 g; Tészta köret (1;) EN: 114.8 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.3 g; CK: 0.7 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.5 g;
Uzsonna	Kockasajt (7;) EN: 41.6 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.7 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.3 g; Teljeskiőrlésű kenyér 3 dkg (1;) EN: 71.1 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.7 g; CK: 0.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.4 g;	Baromfi párizsi EN: 31.6 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.1 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.4 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; Teljeskiőrlésű kenyér 3 dkg (1;) EN: 71.1 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.7 g; CK: 0.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.4 g;	Csirkemell sonka EN: 21.8 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.1 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.4 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; Teljeskiőrlésű kenyér 3 dkg (1;) EN: 71.1 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.7 g; CK: 0.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.4 g; Jégcsapretek EN: 3.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Lapka sajt (7;) EN: 45.6 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.5 g; CK: 1.5 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.5 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; Teljeskiőrlésű kenyér 3 dkg (1;) EN: 71.1 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.7 g; CK: 0.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.4 g; Lilahagyma EN: 4.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g;	Csirkemell sonka EN: 21.8 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.1 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.4 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; Teljeskiőrlésű kenyér 3 dkg (1;) EN: 71.1 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.7 g; CK: 0.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.4 g;