

	Hétfő 09.21	Kedd 09.22	Szerda 09.23	Csütörtök 09.24	Péntek 09.25
Ebéd	Nyírségi burgonyagombóclevés (1;3;9;12;) EN:76.8kcal ZS:1.8g TZS:0.2g SZH:12.6g CK:3.0g FH:2.2g SÓ:1.2g Tejbedara (1;7;) EN:580.6kcal ZS:11.9g TZS:6.1g SZH:99.3g CK:19.0g FH:17.8g SÓ:0.4g Kakaószórat EN:111.9kcal ZS:1.1g TZS:0.6g SZH:21.3g CK:20.0g FH:2.4g SÓ:0.2g Körte EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;12;) EN:175.0kcal ZS:4.3g TZS:3.4g SZH:30.3g CK:22.4g FH:2.7g SÓ:0.6g Tarhonyáshús (1;) EN:635.8kcal ZS:21.5g TZS:5.8g SZH:82.0g CK:4.2g FH:27.4g SÓ:1.7g Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Vajgaluskaleves (1;3;9;) EN:173.3kcal ZS:3.9g TZS:0.9g SZH:29.0g CK:3.2g FH:5.0g SÓ:2.0g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g Parajmártás (1;7;) EN:79.9kcal ZS:2.7g TZS:0.6g SZH:9.1g CK:1.6g FH:3.4g SÓ:0.1g Főtt burgonya (12;) EN:223.9kcal ZS:9.5g TZS:1.0g SZH:27.6g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:2.2g 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	Hamis gulyásleves (9;12;) EN:139.3kcal ZS:7.5g TZS:0.8g SZH:14.5g CK:0.0g FH:2.2g SÓ:1.7g Vagdalt (1;3;) EN:444.7kcal ZS:36.9g TZS:6.2g SZH:16.7g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:1.5g Sárgarépa főzelék (1;7;) EN:184.8kcal ZS:3.6g TZS:2.5g SZH:31.1g CK:13.6g FH:6.0g SÓ:0.7g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g	Póréhagymakrémleves (7;) EN:132.4kcal ZS:10.9g TZS:3.8g SZH:6.8g CK:1.1g FH:1.6g SÓ:0.9g Grillfűszeres csirkecomb EN:177.5kcal ZS:8.8g TZS:1.8g SZH:0.6g CK:0.0g FH:23.0g SÓ:0.2g Párolt rizs EN:460.6kcal ZS:5.0g TZS:0.6g SZH:93.8g CK:0.0g FH:11.3g SÓ:0.9g Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g