

	Hétfő 04.20	Kedd 04.21	Szerda 04.22	Csütörtök 04.23	Péntek 04.24
Tízórai	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; Padlizsánkrem (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; 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; 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; 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; Füstölt csirkeemell 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; 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; 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; 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: 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; 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; Főtt virsli EN: 315.6 kcal; ZS: 27.6 g; TZS: 11.3 g; SZH: 2.5 g; FH: 14.4 g; SÓ: 2.5 g; Mustár (10;) EN: 22.3 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.5 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 (1;9;12;) EN: 158.3 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 1.3 g; SZH: 12.2 g; CK: 0.3 g; FH: 8.0 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Tejberizs szőlőcukorral EN: 329.8 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.5 g; SZH: 70.7 g; CK: 13.9 g; FH: 5.5 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Kakaó szórát szőlőcukorral EN: 112.6 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 1.3 g; SZH: 19.3 g; CK: 18.1 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg;	Erőleves levestésztával (1;9;) EN: 63.5 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 13.0 g; CK: 1.4 g; FH: 2.3 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Csirkepörkölt EN: 167.1 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 1.8 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.0 g; FH: 17.9 g; SÓ: 1.5 g; CA: 0.0 mg; Tökfőzelék fruktózszegevény (1;) EN: 170.6 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 1.5 g; SZH: 20.6 g; CK: 3.2 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Kakaós kölespuding szőlőcukorral EN: 40.7 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 7.8 g; CK: 2.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Zöldségkrémleves (1;) EN: 54.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.2 g; CK: 0.6 g; FH: 2.0 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Zöldfűszeres sertés ragu (1;) EN: 188.3 kcal; ZS: 10.4 g; TZS: 2.3 g; SZH: 3.3 g; CK: 0.0 g; FH: 18.9 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Főtt tészta (1;) EN: 290.3 kcal; ZS: 7.7 g; TZS: 1.0 g; SZH: 46.8 g; CK: 2.3 g; FH: 7.9 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Zöldségleves tésztával (1;9;) EN: 89.8 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.3 g; SZH: 13.3 g; CK: 2.8 g; FH: 2.6 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Natúr sertésszelet (1;) EN: 174.0 kcal; ZS: 9.5 g; TZS: 2.2 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.0 g; FH: 18.7 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Sóska mártás (1;) EN: 154.0 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 0.7 g; SZH: 27.4 g; CK: 4.5 g; FH: 4.8 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Főtt burgonya 1/2 (12;) EN: 169.2 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 33.1 g; CK: 0.0 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Vaníliapuding szőlőcukorral EN: 76.5 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 15.9 g; CK: 5.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;	Magyaros karfiolleves (1;) EN: 80.8 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 0.4 g; SZH: 10.2 g; CK: 1.1 g; FH: 2.5 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Citromos halfilé (4;) EN: 118.9 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 13.8 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Rizs köret EN: 325.1 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 1.1 g; SZH: 54.3 g; CK: 0.0 g; FH: 6.5 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;
Uzsonna	Baromfi párizsi EN: 47.4 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 1.1 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.1 g; FH: 3.1 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; 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;	Brokkolikrém EN: 86.4 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 4.2 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.3 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.3 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;	Zöldfűszeres tonhalkrém (4;) EN: 121.7 kcal; ZS: 10.3 g; TZS: 3.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 7.5 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;	Házi sertés húskrém EN: 116.4 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 3.7 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 8.2 g; SÓ: 0.1 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;	Zöldfűszeres margarin EN: 81.7 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 2.9 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 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; 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; CA: 0.0 mg;