

	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16
Ebéd	Májgaluskaleves (1;3;9;)	Amerikai kukoricás sertésragú leves (7;12;)	Tojásleves (1;3;)	Reszelt tésztaleves (1;9;)	Karfiolleves (1;9;)
	EN:234.4kcal ZS:8.5g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:0.7g FH:9.9g SÓ:1.7g	EN:165.4kcal ZS:5.7g TZS:2.0g SZH:12.2g CK:3.0g FH:14.4g SÓ:1.7g	EN:126.6kcal ZS:9.5g TZS:1.4g SZH:6.6g CK:0.0g FH:3.3g SÓ:1.0g	EN:170.6kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:19.4g CK:4.9g FH:3.5g SÓ:4.1g	EN:166.4kcal ZS:8.1g TZS:1.0g SZH:17.5g CK:4.3g FH:4.5g SÓ:3.9g
	Főtt tojás (3;)	túrós gombóc (1;7;)	Szárnysragu vitál módra (ananasz, csirkecomb filé)	Sült csirkecomb	Bolognai halragu (4;)
	EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g	EN:919.9kcal ZS:32.6g TZS:4.8g SZH:135.8g CK:60.4g FH:20.0g SÓ:3.1g	EN:184.4kcal ZS:7.6g TZS:1.6g SZH:10.0g CK:3.8g FH:17.7g SÓ:1.5g	EN:525.6kcal ZS:42.4g TZS:12.6g SZH:0.7g CK:0.0g FH:33.0g SÓ:0.8g	EN:144.9kcal ZS:9.5g TZS:2.2g SZH:8.0g CK:1.0g FH:7.5g SÓ:2.1g
	Lencsefőzelék (1;7;10;)	Porcukor szórat	Kuszkusz (1;)	Burgonyafőzelék (1;7;12;)	Tésztaköret (1;)
	EN:438.2kcal ZS:11.6g TZS:2.9g SZH:53.2g CK:3.8g FH:22.4g SÓ:0.1g	EN:123.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:30.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	EN:471.1kcal ZS:9.4g TZS:1.2g SZH:80.2g CK:3.3g FH:14.5g SÓ:1.1g	EN:273.0kcal ZS:10.2g TZS:2.9g SZH:36.5g CK:1.5g FH:5.3g SÓ:1.0g	EN:469.0kcal ZS:10.5g TZS:1.4g SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.3g
	Teljes kiőrlésű kenyér (1;)	Alma	Körte	Teljes kiőrlésű kenyér (1;)	Reszelt sajt (7;)
	EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g	EN:87.5kcal ZS:1.0g TZS:0.0g SZH:17.5g CK:10.0g FH:1.0g SÓ:0.0g	EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g	EN:145.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:26.4g CK:0.5g FH:5.6g SÓ:0.8g	EN:86.8kcal ZS:6.8g TZS:4.3g SZH:0.5g CK:0.5g FH:6.5g SÓ:0.3g