

	Hétfő 10.19	Kedd 10.20	Szerda 10.21	Csütörtök 10.22	Péntek 10.23
Ebéd	Trópusi gyümölcsleves (1;7;12;) EN:151.5kcal ZS:4.3g TZS:3.4g SZH:25.6g CK:17.6g FH:2.4g SÓ:0.6g Bácskai rizseshús EN:629.2kcal ZS:18.5g TZS:3.3g SZH:89.4g CK:1.6g FH:25.4g SÓ:1.8g Vitamin saláta EN:50.5kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.9g CK:7.3g FH:1.0g SÓ:1.2g	Árpagyöngyleves (1;9;) EN:108.1kcal ZS:3.5g TZS:0.4g SZH:16.3g CK:3.3g FH:2.6g SÓ:1.2g Vagdalt (1;3;6;7;10;) EN:525.7kcal ZS:42.9g TZS:8.2g SZH:17.1g CK:0.3g FH:17.0g SÓ:1.6g Brokkolífőzelék (1;7;12;) EN:271.9kcal ZS:8.8g TZS:2.8g SZH:37.0g CK:2.4g FH:8.7g SÓ:1.5g 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 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	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:92.7kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:13.2g CK:2.8g FH:2.6g SÓ:1.4g Mediterrán csirkeragu EN:120.6kcal ZS:4.4g TZS:1.1g SZH:2.0g CK:0.7g FH:17.4g SÓ:0.9g Párolt bulgur (1;) EN:466.4kcal ZS:10.9g TZS:1.3g SZH:74.8g CK:2.3g FH:13.4g SÓ:1.1g Körte EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g	Nyírségi gombócleves (1;3;6;7;12;) EN:266.4kcal ZS:14.1g TZS:5.7g SZH:16.8g CK:4.1g FH:16.3g SÓ:2.8g Darásmetélt (1;) EN:572.5kcal ZS:10.8g TZS:1.6g SZH:101.0g CK:4.2g FH:16.5g SÓ:0.6g Sárgabaracklekvár EN:72.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:17.4g CK:15.3g FH:0.2g SÓ:0.0g Alma EN:87.5kcal ZS:1.0g TZS:0.0g SZH:17.5g CK:10.0g FH:1.0g SÓ:0.0g	