

	Hétfő 10.19	Kedd 10.20	Szerda 10.21	Csütörtök 10.22	Péntek 10.23
Tízórai	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; Csirkemell sonka EN: 32.7 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.4 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.1 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.7 g; Margarin (12;) EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	Barackos tea * (12;) EN: 0.5 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; Margarin (12;) EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	Citromos tea * EN: 0.7 kcal; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Házi szárnyasmájkrém EN: 53.1 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 3.1 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 3.4 g; SÓ: 1.2 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	Gyümölcs tea * EN: 0.2 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: 36.9 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 1.7 g; SZH: 1.6 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.7 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	
Ebéd	Pulykaraguleves (1;9;) EN: 149.3 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 1.1 g; SZH: 9.8 g; CK: 2.2 g; FH: 12.1 g; SÓ: 1.0 g; Csőbensült brokkoli (húsmentes) (1;) EN: 430.5 kcal; ZS: 32.1 g; TZS: 26.3 g; SZH: 33.5 g; CK: 1.7 g; FH: 4.5 g; SÓ: 2.0 g; Alma db EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; Abonett EN: 69.2 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 12.0 g; CK: 0.2 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.2 g;	Csontleves tésztával (1;9;) EN: 160.4 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 1.2 g; SZH: 14.9 g; CK: 2.1 g; FH: 8.8 g; SÓ: 0.6 g; Párolt csirkeapró EN: 163.7 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 0.4 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; Burgonyafőzelék (1;12;) EN: 160.3 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 2.2 g; SZH: 27.5 g; CK: 0.1 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.8 g;	Zöldségleves EN: 68.1 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 0.5 g; SZH: 5.3 g; CK: 2.0 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.1 g; Mediterrán csirkeragu (1;) EN: 234.5 kcal; ZS: 12.7 g; TZS: 2.0 g; SZH: 9.9 g; CK: 2.0 g; FH: 18.6 g; SÓ: 0.9 g; Bulgur köret (1;) EN: 232.5 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 43.7 g; CK: 1.4 g; FH: 7.9 g; SÓ: 0.5 g;	Citromos almaleves * (1;12;) EN: 66.8 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.1 g; CK: 8.2 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.1 g; Vasi pulykamell (1;12;) EN: 164.4 kcal; ZS: 10.3 g; TZS: 1.8 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.0 g; FH: 16.6 g; SÓ: 1.6 g; Rizs köret EN: 215.9 kcal; ZS: 1.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 46.5 g; CK: 0.0 g; FH: 5.6 g; SÓ: 0.5 g;	
Uzsonna	Napraforgómagos margarin EN: 155.2 kcal; ZS: 16.6 g; TZS: 7.2 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.1 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	Mozzarella krém (növényi) EN: 99.0 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 5.2 g; SZH: 4.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.5 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	Olasz margarin EN: 158.6 kcal; ZS: 17.0 g; TZS: 9.7 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.9 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	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 (12;) EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; Teljeskiőrlésű kenyér 6 dkg (1;) EN: 142.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 29.4 g; CK: 0.9 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g;	