

	Hétfő 09.08	Kedd 09.09	Szerda 09.10	Csütörtök 09.11	Péntek 09.12	Szombat 09.13	Vasárnap 09.14
Ebéd	Legényfogó leves (1;7;) EN:296.2kcal ZS:20.7g TZS:7.7g SZH:9.5g CK:2.0g FH:17.7g SÓ:3.0g CA:9.0mg Piskóta kocka 70 gr (1;3;) EN:143.0kcal ZS:1.9g TZS:0.0g SZH:26.7g CK:11.7g FH:2.3g SÓ:0.2g Csokoládé öntet (7;) EN:102.9kcal ZS:3.0g TZS:2.1g SZH:15.1g CK:15.0g FH:3.5g SÓ:0.1g CA:120.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Paradisomleves (1;6;) EN:230.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:41.7g CK:23.5g FH:3.4g SÓ:1.1g Panírozott csirkemell (1;) EN:282.3kcal ZS:11.9g TZS:1.4g SZH:26.4g CK:1.1g FH:17.2g SÓ:2.1g Zöldséges bulgur (1;) EN:545.4kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:107.9g CK:13.8g FH:21.5g SÓ:0.5g CA:0.0mg Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zeller leves (1;3;9;) EN:74.7kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:9.1g CK:1.4g FH:2.4g SÓ:1.5g CA:0.0mg Fűszeres sertés ragu EN:273.8kcal ZS:15.5g TZS:3.3g SZH:4.7g CK:0.0g FH:26.7g SÓ:2.1g CA:0.0mg Karotta főzelék (1;7;) EN:293.4kcal ZS:11.2g TZS:2.4g SZH:40.5g CK:17.8g FH:6.6g SÓ:1.9g CA:79.2mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Körte EN:52.0kcal SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g	Daragaluska leves (1;3;) EN:125.7kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:11.7g CK:2.6g FH:2.1g SÓ:1.5g Csirkepörkölt EN:202.9kcal ZS:11.4g TZS:2.1g SZH:4.0g CK:0.0g FH:19.4g SÓ:2.1g CA:0.0mg Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:276.4kcal ZS:6.0g TZS:2.7g SZH:44.7g CK:0.4g FH:6.6g SÓ:2.5g CA:21.6mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:99.6kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:8.9g CK:0.6g FH:4.0g SÓ:3.0g CA:26.4mg 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 Rizseshús EN:677.7kcal ZS:18.2g TZS:3.8g SZH:95.9g CK:0.7g FH:32.3g SÓ:1.7g CA:0.0mg Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;12;) EN:57.8kcal ZS:2.1g TZS:0.8g SZH:6.1g CK:2.5g FH:3.3g SÓ:1.1g CA:20.0mg Disznótoros (6;) EN:308.7kcal ZS:21.4g TZS:8.7g SZH:4.3g CK:0.9g FH:20.3g SÓ:2.8g Párolt káposzta 1/2 EN:130.7kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:16.6g CK:8.0g FH:2.4g SÓ:1.1g CA:0.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:159.8kcal ZS:0.3g SZH:31.3g FH:4.3g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Karalábé leves (9;12;) EN:49.7kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:5.9g FH:1.3g SÓ:0.5g Panírozott csirkemell cornflakes bundában (1;) EN:443.4kcal ZS:33.6g TZS:3.9g SZH:22.2g CK:0.9g FH:12.6g SÓ:1.4g Rizi-bizi EN:454.6kcal ZS:7.9g TZS:0.9g SZH:83.1g CK:0.0g FH:12.6g SÓ:1.5g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g



	Hétfő 09.08	Kedd 09.09	Szerda 09.10	Csütörtök 09.11	Péntek 09.12	Szombat 09.13	Vasárnap 09.14
Ebéd B	Zöldségraguleves (9;) EN:33.0kcal ZS:1.2g TZS:0.1g SZH:4.4g CK:2.1g FH:0.8g SÓ:1.0g Piskóta kocka 70 gr (1;3;) EN:143.0kcal ZS:1.9g TZS:0.0g SZH:26.7g CK:11.7g FH:2.3g SÓ:0.2g Csokoládé öntet (7;) EN:102.9kcal ZS:3.0g TZS:2.1g SZH:15.1g CK:15.0g FH:3.5g SÓ:0.1g CA:120.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Paradisomleves (1;6;) EN:230.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:41.7g CK:23.5g FH:3.4g SÓ:1.1g Panírozott sajt (1;7;) EN:372.8kcal ZS:27.7g TZS:8.3g SZH:16.4g CK:0.7g FH:13.9g SÓ:1.2g Zöldséges bulgur (1;) EN:545.4kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:107.9g CK:13.8g FH:21.5g SÓ:0.5g CA:0.0mg Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zeller leves (1;3;9;) EN:74.7kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:9.1g CK:1.4g FH:2.4g SÓ:1.5g CA:0.0mg Fűszeres tofu ragu (1;6;9;) EN:148.4kcal ZS:6.7g TZS:1.2g SZH:7.4g CK:1.0g FH:13.5g SÓ:1.0g CA:0.0mg Karotta főzelék (1;7;) EN:293.4kcal ZS:11.2g TZS:2.4g SZH:40.5g CK:17.8g FH:6.6g SÓ:1.9g CA:79.2mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Körte EN:52.0kcal SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g	Daragaluska leves (1;3;) EN:125.7kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:11.7g CK:2.6g FH:2.1g SÓ:1.5g Zöldség pörkölt EN:99.2kcal ZS:6.9g TZS:0.8g SZH:6.4g CK:1.8g FH:2.0g SÓ:1.7g CA:0.0mg Főtt burgonya (12;) EN:310.2kcal ZS:0.7g SZH:60.7g FH:8.3g SÓ:1.0g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:99.6kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:8.9g CK:0.6g FH:4.0g SÓ:3.0g CA:26.4mg 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 Vega rizseshús (6;) EN:609.2kcal ZS:12.3g TZS:1.8g SZH:101.2g CK:2.6g FH:28.6g SÓ:1.7g CA:0.0mg Csemege uborka * (10;12;) Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;12;) EN:57.8kcal ZS:2.1g TZS:0.8g SZH:6.1g CK:2.5g FH:3.3g SÓ:1.1g CA:20.0mg Vega Rakott kelkáposzta (1;7;) EN:523.9kcal ZS:13.9g TZS:4.5g SZH:81.2g CK:1.6g FH:18.2g SÓ:0.1g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Karalábé leves (9;12;) EN:49.7kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:5.9g FH:1.3g SÓ:0.5g Nudli (1;3;) EN:682.4kcal ZS:5.7g TZS:0.4g SZH:104.1g CK:0.3g FH:16.1g SÓ:3.5g Fahéj szórát EN:80.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:19.5g CK:19.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g