

	Hétfő 10.06	Kedd 10.07	Szerda 10.08	Csütörtök 10.09	Péntek 10.10
Ebéd A	Gombaleves (1;3;9;) EN:105.0kcal ZS:3.6g TZS:0.4g SZH:13.3g CK:1.5g FH:3.7g SÓ:1.6g Fűszeres csirkeapró (1;) EN:192.0kcal ZS:9.9g TZS:2.3g SZH:3.7g CK:0.0g FH:21.4g SÓ:2.0g CA:0.0mg Kerti vegyesfőzelék (1;7;) EN:182.1kcal ZS:5.3g TZS:1.9g SZH:25.5g CK:11.7g FH:6.4g SÓ:1.1g CA:82.5mg Fehér kenyér (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Babgulyás (1;9;12;) EN:273.1kcal ZS:17.6g TZS:4.1g SZH:16.4g CK:0.7g FH:12.0g SÓ:1.5g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g CA:240.0mg Tejföl (7;) EN:27.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:0.7g CK:0.7g FH:0.6g SÓ:0.0g CA:24.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Meggyleves (1;7;) EN:167.9kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:28.5g CK:20.5g FH:2.9g SÓ:0.6g CA:40.0mg Zöldséges halragu (1;4;7;) EN:174.9kcal ZS:7.3g TZS:2.2g SZH:8.1g CK:1.5g FH:9.8g SÓ:1.5g CA:20.0mg Párolt bulgur (1;) EN:368.6kcal ZS:3.9g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.9g CA:0.0mg	Paradicsomleves (1;6;) EN:210.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:36.7g CK:18.5g FH:3.4g SÓ:1.1g 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 Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g	Májgaluska leves (1;3;) EN:110.2kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:16.5g CK:2.8g FH:6.0g SÓ:3.0g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g Sóska mártás (1;7;) EN:153.6kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:25.3g CK:4.0g FH:4.3g SÓ:1.3g CA:24.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:141.0kcal ZS:0.3g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:1.1g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g
Ebéd B	Gombaleves (1;3;9;) EN:105.0kcal ZS:3.6g TZS:0.4g SZH:13.3g CK:1.5g FH:3.7g SÓ:1.6g Fűszeres tofu ragu (1;6;9;) EN:121.4kcal ZS:5.5g TZS:1.0g SZH:6.1g CK:0.8g FH:11.1g SÓ:0.8g CA:0.0mg Kerti vegyesfőzelék (1;7;) EN:182.1kcal ZS:5.3g TZS:1.9g SZH:25.5g CK:11.7g FH:6.4g SÓ:1.1g CA:82.5mg Fehér kenyér (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Fejtett bableves (1;9;) EN:156.3kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:27.5g CK:3.0g FH:7.6g SÓ:1.4g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g CA:240.0mg Tejföl (7;) EN:27.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:0.7g CK:0.7g FH:0.6g SÓ:0.0g CA:24.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Meggyleves (1;7;) EN:167.9kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:28.5g CK:20.5g FH:2.9g SÓ:0.6g CA:40.0mg Zöldséges halragu (1;4;7;) EN:174.9kcal ZS:7.3g TZS:2.2g SZH:8.1g CK:1.5g FH:9.8g SÓ:1.5g CA:20.0mg Párolt bulgur (1;) EN:368.6kcal ZS:3.9g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.9g CA:0.0mg	Paradicsomleves (1;6;) EN:210.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:36.7g CK:18.5g FH:3.4g SÓ:1.1g Sajttal töltött panírozott halporció (1;7;9;) EN:60.8kcal ZS:6.0g TZS:0.7g SZH:1.1g CK:0.1g FH:0.6g SÓ:0.1g Zöldséges kuskusz (1;) EN:470.4kcal ZS:2.5g TZS:0.5g SZH:92.5g CK:3.4g FH:18.1g SÓ:0.5g CA:0.0mg Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g	Májgaluska leves (1;3;) EN:110.2kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:16.5g CK:2.8g FH:6.0g SÓ:3.0g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g Sóska mártás (1;7;) EN:153.6kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:25.3g CK:4.0g FH:4.3g SÓ:1.3g CA:24.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:141.0kcal ZS:0.3g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:1.1g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g