

	Hétfő 12.15	Kedd 12.16	Szerda 12.17	Csütörtök 12.18	Péntek 12.19	Szombat 12.20	Vasárnap 12.21
Ebéd	Babgulyás leves sertéshúsból (1;3;9;) EN:355.9kcal ZS:15.0g TZS:2.7g SZH:30.5g CK:1.0g FH:21.2g SÓ:0.7g CA:0.0mg Tejben dara (1;7;) EN:501.6kcal ZS:6.1g TZS:3.9g SZH:91.2g CK:25.5g FH:20.0g SÓ:0.3g CA:420.0mg Fahéj szórát EN:118.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:28.6g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g	Árpagyöngyleves (1;6;8;11;) EN:162.1kcal ZS:7.7g TZS:0.8g SZH:18.7g CK:3.4g FH:2.8g SÓ:0.9g Sült virsli EN:245.2kcal ZS:20.7g TZS:8.1g SZH:2.8g FH:12.0g SÓ:2.1g Finomfőzelék (1;7;) EN:359.7kcal ZS:14.0g TZS:4.1g SZH:43.6g CK:13.3g FH:12.6g SÓ:1.0g CA:144.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:190.2kcal ZS:13.3g TZS:4.1g SZH:14.4g CK:0.8g FH:3.0g SÓ:0.9g CA:30.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Olaszos tonhalas penne (1;4;) EN:1429.5kcal ZS:34.4g TZS:9.4g SZH:73.1g CK:9.9g FH:198.0g SÓ:0.6g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:160.0mg	Vajgaluska leves (1;3;) EN:172.1kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:20.1g CK:4.0g FH:4.4g SÓ:0.7g Csirkepörkölt EN:220.6kcal ZS:12.7g TZS:2.1g SZH:4.5g CK:0.0g FH:20.9g SÓ:0.9g CA:0.0mg Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:414.4kcal ZS:14.1g TZS:4.8g SZH:56.6g CK:1.7g FH:9.0g SÓ:0.6g CA:60.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Meggyleves (1;7;) EN:274.7kcal ZS:3.0g TZS:2.1g SZH:54.9g CK:45.2g FH:5.6g SÓ:0.4g CA:120.0mg Rántott sertésszelet (1;3;) EN:545.5kcal ZS:33.4g TZS:5.4g SZH:30.9g CK:0.3g FH:28.5g SÓ:2.2g Rizs köret EN:482.2kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:96.9g FH:11.6g SÓ:0.6g Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g	Kertész leves (12;) EN:116.1kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.2g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:1.0g Csirkepaprikás (1;7;) EN:330.3kcal ZS:20.8g TZS:6.3g SZH:8.9g CK:1.3g FH:25.4g SÓ:0.6g CA:48.0mg Szarvacska tészta (1;) EN:428.7kcal ZS:10.5g TZS:0.9g SZH:64.0g CK:4.2g FH:15.0g SÓ:0.6g EN:234.6kcal ZS:9.6g TZS:2.6g SZH:9.4g CK:0.4g FH:24.8g SÓ:0.9g CA:0.0mg Hagymás tört burgonya (12;) EN:288.7kcal ZS:6.0g TZS:0.6g SZH:46.8g FH:6.4g SÓ:0.5g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:126.5kcal ZS:7.4g TZS:1.2g SZH:11.8g CK:3.2g FH:4.6g SÓ:0.9g CA:49.5mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Reszelt csirkemáj (1;) EN:234.6kcal ZS:9.6g TZS:2.6g SZH:9.4g CK:0.4g FH:24.8g SÓ:0.9g CA:0.0mg Hagymás tört burgonya (12;) EN:288.7kcal ZS:6.0g TZS:0.6g SZH:46.8g FH:6.4g SÓ:0.5g
Ebéd B	Hamis gulyásleves (1;3;9;12;) EN:259.1kcal ZS:11.6g TZS:1.5g SZH:30.3g CK:0.4g FH:5.6g SÓ:0.6g CA:0.0mg Tejben dara (1;7;) EN:501.6kcal ZS:6.1g TZS:3.9g SZH:91.2g CK:25.5g FH:20.0g SÓ:0.3g CA:420.0mg Fahéj szórát EN:118.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:28.6g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g	Árpagyöngyleves (1;6;8;11;) EN:162.1kcal ZS:7.7g TZS:0.8g SZH:18.7g CK:3.4g FH:2.8g SÓ:0.9g Falafel (1;) EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g Finomfőzelék (1;7;) EN:359.7kcal ZS:14.0g TZS:4.1g SZH:43.6g CK:13.3g FH:12.6g SÓ:1.0g CA:144.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:190.2kcal ZS:13.3g TZS:4.1g SZH:14.4g CK:0.8g FH:3.0g SÓ:0.9g CA:30.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Olaszos tonhalas penne (1;4;) EN:1429.5kcal ZS:34.4g TZS:9.4g SZH:73.1g CK:9.9g FH:198.0g SÓ:0.6g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:160.0mg	Vajgaluska leves (1;3;) EN:172.1kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:20.1g CK:4.0g FH:4.4g SÓ:0.7g Zöldség pörkölt EN:110.0kcal ZS:7.8g TZS:0.8g SZH:8.3g CK:2.8g FH:1.5g SÓ:1.7g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:414.4kcal ZS:14.1g TZS:4.8g SZH:56.6g CK:1.7g FH:9.0g SÓ:0.6g CA:60.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Meggyleves (1;7;) EN:274.7kcal ZS:3.0g TZS:2.1g SZH:54.9g CK:45.2g FH:5.6g SÓ:0.4g CA:120.0mg Rántott sajt (1;3;7;) EN:406.9kcal ZS:30.9g TZS:9.8g SZH:18.9g CK:1.3g FH:12.6g SÓ:1.1g CA:720.0mg Rizs köret EN:482.2kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:96.9g FH:11.6g SÓ:0.6g Majonéz (3;10;) EN:205.0kcal ZS:19.4g TZS:2.3g SZH:5.3g CK:3.5g FH:0.5g SÓ:0.8g	Kertész leves (12;) EN:116.1kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.2g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:1.0g Tofu pörkölt (6;) EN:222.5kcal ZS:15.4g TZS:2.2g SZH:4.7g CK:0.4g FH:15.2g SÓ:1.6g Szarvacska tészta (1;) EN:428.7kcal ZS:10.5g TZS:0.9g SZH:64.0g CK:4.2g FH:15.0g SÓ:0.6g EN:500.9kcal ZS:18.9g TZS:3.7g SZH:48.4g CK:0.0g FH:27.1g SÓ:0.8g Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:126.5kcal ZS:7.4g TZS:1.2g SZH:11.8g CK:3.2g FH:4.6g SÓ:0.9g CA:49.5mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Gomba brassói aprópecsenye (12;) EN:500.9kcal ZS:18.9g TZS:3.7g SZH:48.4g CK:0.0g FH:27.1g SÓ:0.8g Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g