

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17
Ebéd A	Palócgulyás (1;3;7;12;) EN:327.0kcal ZS:15.1g TZS:5.8g SZH:24.2g CK:6.8g FH:20.4g SÓ:0.5g Piskóta kocka (1;3;) EN:292.0kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:19.5g CK:23.4g FH:8.6g Csokipuding (7;) EN:122.2kcal ZS:2.7g TZS:1.6g SZH:18.2g CK:16.3g FH:5.5g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Kakukkfűves gombaleves (1;3;) EN:144.9kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:10.6g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:0.3g Csirkepaprikás (1;7;) EN:280.8kcal ZS:17.9g TZS:5.7g SZH:7.6g CK:1.3g FH:21.0g SÓ:0.3g Rizs köret EN:361.1kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:69.8g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:0.2g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Reszelttészta leves (1;) EN:151.6kcal ZS:6.8g TZS:0.8g SZH:18.6g CK:4.3g FH:3.4g SÓ:0.4g Sertéspörkölt EN:206.1kcal ZS:12.1g TZS:2.5g SZH:4.0g CK:0.3g FH:18.4g SÓ:0.5g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:465.5kcal ZS:15.1g TZS:4.8g SZH:53.4g CK:5.1g FH:21.4g SÓ:0.3g Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Áfonyakrémleves (1;7;) EN:237.0kcal ZS:11.4g TZS:3.3g SZH:37.4g CK:22.4g FH:3.8g SÓ:0.1g Sült csirkecomb EN:448.4kcal ZS:31.5g TZS:10.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:38.1g SÓ:0.9g zöldséges bulgur (1;) EN:398.8kcal ZS:8.3g TZS:0.7g SZH:68.0g CK:9.0g FH:12.4g SÓ:0.2g	Kertész leves (12;) EN:114.5kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.0g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Mexikói chilis bab EN:584.4kcal ZS:14.7g TZS:2.2g SZH:61.2g CK:11.6g FH:41.8g SÓ:0.4g Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
Ebéd B	Palócgulyás (1;3;7;12;) EN:327.0kcal ZS:15.1g TZS:5.8g SZH:24.2g CK:6.8g FH:20.4g SÓ:0.5g Piskóta kocka (1;3;) EN:292.0kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:19.5g CK:23.4g FH:8.6g Csokipuding (7;) EN:122.2kcal ZS:2.7g TZS:1.6g SZH:18.2g CK:16.3g FH:5.5g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Kakukkfűves gombaleves (1;3;) EN:144.9kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:10.6g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:0.3g Csirkepaprikás (1;7;) EN:280.8kcal ZS:17.9g TZS:5.7g SZH:7.6g CK:1.3g FH:21.0g SÓ:0.3g Rizs köret EN:361.1kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:69.8g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:0.2g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Reszelttészta leves (1;) EN:151.6kcal ZS:6.8g TZS:0.8g SZH:18.6g CK:4.3g FH:3.4g SÓ:0.4g Sertéspörkölt EN:206.1kcal ZS:12.1g TZS:2.5g SZH:4.0g CK:0.3g FH:18.4g SÓ:0.5g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:465.5kcal ZS:15.1g TZS:4.8g SZH:53.4g CK:5.1g FH:21.4g SÓ:0.3g Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Áfonyakrémleves (1;7;) EN:237.0kcal ZS:11.4g TZS:3.3g SZH:37.4g CK:22.4g FH:3.8g SÓ:0.1g Sült csirkecomb EN:448.4kcal ZS:31.5g TZS:10.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:38.1g SÓ:0.9g zöldséges bulgur (1;) EN:398.8kcal ZS:8.3g TZS:0.7g SZH:68.0g CK:9.0g FH:12.4g SÓ:0.2g	Kertész leves (12;) EN:114.5kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.0g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Mexikói chilis bab EN:584.4kcal ZS:14.7g TZS:2.2g SZH:61.2g CK:11.6g FH:41.8g SÓ:0.4g Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g