

	Hétfő 04.20	Kedd 04.21	Szerda 04.22	Csütörtök 04.23	Péntek 04.24
Ebéd A	Rántott leves (1;) EN:80.2kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:4.5g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.2g	Frankfurtileves (1;7;12;) EN:339.1kcal ZS:23.9g TZS:9.3g SZH:16.9g CK:1.7g FH:12.4g SÓ:1.6g	Zabgaluska leves (1;3;) EN:133.8kcal ZS:1.9g TZS:0.5g SZH:23.5g CK:3.3g FH:5.1g SÓ:0.4g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:187.8kcal ZS:7.9g TZS:1.1g SZH:18.6g CK:0.0g FH:8.2g SÓ:0.4g	Fokhagyma krémleves (1;7;) EN:124.2kcal ZS:7.8g TZS:1.6g SZH:9.2g CK:4.6g FH:3.9g SÓ:0.4g
	Pirított zsemlekocka (1;) EN:61.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:12.4g CK:0.6g FH:2.0g SÓ:0.1g	Darás metélt (1;) EN:478.9kcal ZS:8.7g TZS:1.3g SZH:85.1g CK:3.5g FH:13.9g SÓ:0.3g	Fasírt golyó (1;6;) EN:317.9kcal ZS:24.2g TZS:3.6g SZH:13.0g CK:1.0g FH:11.0g SÓ:1.8g	Tejszínes csirkeragu (1;7;) EN:236.2kcal ZS:14.7g TZS:5.3g SZH:5.3g CK:2.6g FH:18.1g SÓ:0.4g	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
Ebéd B	Csirkepörkölt EN:184.3kcal ZS:10.7g TZS:1.8g SZH:3.7g CK:0.0g FH:17.4g SÓ:0.3g	Baracköntet EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tökfőzelék (1;7;) EN:294.7kcal ZS:16.5g TZS:6.6g SZH:27.8g CK:6.3g FH:7.9g SÓ:0.3g	Rizs köret 1/2 EN:210.3kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:38.8g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:0.3g	Panírozott csirkemell (1;) EN:241.8kcal ZS:13.6g TZS:1.5g SZH:18.0g CK:0.7g FH:11.7g SÓ:1.4g
	Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:367.1kcal ZS:13.9g TZS:4.8g SZH:47.4g CK:1.7g FH:7.8g 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	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Párolt zöldségköret 1/2 EN:107.2kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:14.0g CK:4.1g FH:3.1g SÓ:0.3g	Vajas petrezselymes burgonya (12;) EN:341.3kcal ZS:12.5g TZS:5.6g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g 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		Gesztenye Marci gesztenyerúd EN:125.2kcal ZS:5.8g TZS:5.2g SZH:15.2g CK:12.2g FH:1.5g SÓ:0.0g	Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g
	Rántott leves (1;) EN:80.2kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:4.5g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.2g	Frankfurtileves VEGA (1;7;12;) EN:195.3kcal ZS:11.9g TZS:4.5g SZH:15.2g CK:1.7g FH:5.2g SÓ:0.4g	Zabgaluska leves (1;3;) EN:133.8kcal ZS:1.9g TZS:0.5g SZH:23.5g CK:3.3g FH:5.1g SÓ:0.4g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:187.8kcal ZS:7.9g TZS:1.1g SZH:18.6g CK:0.0g FH:8.2g SÓ:0.4g	Fokhagyma krémleves (1;7;) EN:124.2kcal ZS:7.8g TZS:1.6g SZH:9.2g CK:4.6g FH:3.9g SÓ:0.4g
	Pirított zsemlekocka (1;) EN:61.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:12.4g CK:0.6g FH:2.0g SÓ:0.1g	Darás metélt (1;) EN:478.9kcal ZS:8.7g TZS:1.3g SZH:85.1g CK:3.5g FH:13.9g SÓ:0.3g	Falafel (1;) EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g	Tejszínes gombaragu (1;7;) EN:173.0kcal ZS:11.5g TZS:3.9g SZH:9.1g CK:1.5g FH:7.7g SÓ:0.2g	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
	Tojásvagdalt (1;3;) EN:152.2kcal ZS:8.1g TZS:1.6g SZH:12.5g CK:0.7g FH:6.7g SÓ:0.1g	Baracköntet EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tökfőzelék (1;7;) EN:294.7kcal ZS:16.5g TZS:6.6g SZH:27.8g CK:6.3g FH:7.9g SÓ:0.3g	Rizs köret 1/2 EN:210.3kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:38.8g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:0.3g	Rántott brokkoli (1;) EN:294.9kcal ZS:20.2g TZS:2.4g SZH:25.0g CK:6.1g FH:4.6g SÓ:1.2g
	Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:367.1kcal ZS:13.9g TZS:4.8g SZH:47.4g CK:1.7g FH:7.8g 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	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Párolt zöldségköret 1/2 EN:107.2kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:14.0g CK:4.1g FH:3.1g SÓ:0.3g	Vajas petrezselymes burgonya (12;) EN:341.3kcal ZS:12.5g TZS:5.6g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g 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		Gesztenye Marci gesztenyerúd EN:125.2kcal ZS:5.8g TZS:5.2g SZH:15.2g CK:12.2g FH:1.5g SÓ:0.0g	Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g