

Hétfő  
04.21Kedd  
04.22Szerda  
04.23Csütörtök  
04.24Péntek  
04.25

Tízórai

**Kakaó (7;)**EN: 170.2 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 3.1 g; SZH: 22.1 g;  
CK: 22.0 g; FH: 10.1 g; SÓ: 0.3 g; CA: 360.0 mg;**Sertés párizsi**EN: 115.0 kcal; ZS: 10.0 g; TZS: 4.0 g; SZH: 1.3 g;  
CK: 0.1 g; FH: 5.0 g; SÓ: 1.0 g;**margarin**

EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;

**Gluténmentes kenyér**EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g;  
CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;**Kígyóborka**

EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;

**Citromos tea**EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g;  
CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;**Natúr sajtkrém (7;)**EN: 71.5 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 3.9 g; SZH: 2.5 g;  
CK: 2.5 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.8 g; CA: 258.5 mg;**Gluténmentes kenyér**EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g;  
CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;**Paprika**

EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;

**Tej 2dl (7;)**EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g;  
CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg;**lekvár**EN: 66.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 16.0 g; CK: 15.8 g;  
FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g;**margarin**

EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;

**Gluténmentes kenyér**EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g;  
CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;**Erdei gyümölcs tea**EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g;  
CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;**Tonhalkrém (4;10;)**EN: 195.1 kcal; ZS: 19.2 g; TZS: 6.0 g; SZH: 0.3 g;  
CK: 0.1 g; FH: 5.3 g; SÓ: 0.3 g;**Gluténmentes kenyér**EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g;  
CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;**Jégcsapretek**

EN: 7.5 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.1 g; FH: 0.6 g;

Ebéd

**Erőleves levestésztával (9;12;)**EN: 122.2 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 24.6 g;  
CK: 4.3 g; FH: 3.7 g; SÓ: 2.3 g;**Sertéssült**EN: 148.4 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 2.0 g; FH: 20.5 g;  
SÓ: 1.2 g;**Karalábé főzelék (7;)**EN: 228.6 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 1.3 g; SZH: 28.6 g;  
CK: 15.4 g; FH: 4.5 g; SÓ: 1.7 g; CA: 33.0 mg;**Lebbencs leves (9;12;)**EN: 215.0 kcal; ZS: 10.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 26.3 g;  
CK: 0.0 g; FH: 2.8 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg;**Eszterházy csirkeragu \* (7;9;12;)**EN: 168.9 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.1 g;  
CK: 0.5 g; FH: 20.3 g; SÓ: 1.2 g; CA: 18.0 mg;**Rizs köret**EN: 564.6 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 0.7 g; SZH: 116.3 g;  
FH: 13.9 g; SÓ: 0.0 g;**alma**

EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;

**Tavaszi zöldségleves (9;12;)**EN: 105.0 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 15.7 g;  
FH: 1.5 g; SÓ: 1.6 g;**Húsgombóc (3;)**EN: 244.0 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 6.1 g; SZH: 21.7 g;  
CK: 0.0 g; FH: 21.1 g; SÓ: 1.5 g;**Paradicsom mártás (9;)**EN: 76.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 16.6 g;  
CK: 10.8 g; FH: 1.5 g; SÓ: 1.1 g;**Főtt burgonya 1/2 (12;)**EN: 232.7 kcal; ZS: 0.5 g; SZH: 45.5 g; FH: 6.2 g;  
SÓ: 0.0 g;**Palócleves (sertés) (7;10;12;)**EN: 371.0 kcal; ZS: 24.0 g; TZS: 7.7 g; SZH: 21.1 g;  
CK: 2.4 g; FH: 17.8 g; SÓ: 1.1 g; CA: 28.6 mg;**Tejben dara kukoricadarából (7;)**EN: 410.5 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 4.2 g; SZH: 72.4 g;  
CK: 38.5 g; FH: 13.9 g; SÓ: 0.6 g; CA: 495.0 mg;**Kakaó szórát**EN: 122.3 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 27.4 g;  
CK: 27.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g;

Uzsonna

**Kapros túrókrém (7;)**EN: 70.2 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 2.6 g; SZH: 1.8 g;  
CK: 1.8 g; FH: 6.7 g; SÓ: 0.1 g; CA: 44.0 mg;**Gluténmentes kenyér**EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g;  
CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;**Körözött (7;)****Abonett**EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g;  
CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;**Házi szárnyaskrém**EN: 92.2 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.3 g;  
CK: 0.0 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg;**Gluténmentes kenyér**EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g;  
CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;**Paprika**

EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;

**Kockasajt, natúr (7;)**EN: 141.0 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 7.5 g; SZH: 3.6 g;  
CK: 2.8 g; FH: 6.6 g; SÓ: 1.0 g; CA: 345.0 mg;**Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)**EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g;  
CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;