

Hétfő
04.21Kedd
04.22Szerda
04.23Csütörtök
04.24Péntek
04.25

Tízórai

Kakaó DI * (7;)EN: 91.5 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 2.1 g; SZH: 9.5 g;
CK: 0.0 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; CA: 240.0 mg;**Sertés párizsi**EN: 69.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.8 g;
CK: 0.0 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.6 g;**margarin**

EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g;

Teljes kiőrlésű kenyér (1;)EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g;
CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;**Kígyóborka**

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

Citromos tea *EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK:
0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;**Natúr sajtkrém (7;)**EN: 42.9 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 2.3 g; SZH: 1.5 g;
CK: 1.5 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.4 g; CA: 155.1 mg;**Teljes kiőrlésű kenyér (1;)**EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g;
CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 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;**diabetikus lekvár ***

EN: 23.8 kcal; SZH: 5.4 g; CK: 5.4 g;

margarin

EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g;

Teljes kiőrlésű kenyér (1;)EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g;
CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;**Erdei gyümölcs tea * (12;)**EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK:
0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;**Tonhalkrém (4;10;)**EN: 137.9 kcal; ZS: 13.1 g; TZS: 4.1 g; SZH: 0.3 g;
CK: 0.1 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.3 g;**Teljes kiőrlésű kenyér (1;)**EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g;
CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;**Jégcsapretek**

EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;

Ebéd

Erőleves levestésztával (1;9;12;)EN: 58.7 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g;
CK: 1.4 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.0 g;**Sertéssült**EN: 127.0 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.7 g; FH: 16.4 g;
SÓ: 0.9 g;**Karalábé főzelék (1;7;)**EN: 150.9 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 0.8 g; SZH: 18.1 g;
CK: 10.5 g; FH: 3.7 g; SÓ: 1.1 g; CA: 21.0 mg;**Lebbencs leves (1;9;12;)**EN: 202.7 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 1.2 g; SZH: 29.7 g;
CK: 1.4 g; FH: 5.1 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;**Eszterházy csirkeragu**(1;7;9;10;12;)
EN: 143.7 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 1.6 g; SZH: 8.2 g;
CK: 2.2 g; FH: 18.0 g; SÓ: 0.8 g; CA: 12.6 mg;**Rizs köret**EN: 409.6 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.5 g; SZH: 85.3 g;
FH: 10.2 g; SÓ: 0.0 g;**alma**

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

Tavaszi zöldségleves (1;3;9;)EN: 81.6 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 10.6 g;
CK: 2.9 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.1 g;**Húsgombóc (3;)**EN: 157.1 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 3.9 g; SZH: 13.8 g;
CK: 0.0 g; FH: 13.6 g; SÓ: 1.0 g;**Paradicsom mártás * (1;9;)**EN: 30.2 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.8 g;
CK: 2.5 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.7 g;**Főtt burgonya 1/2 (12;)**EN: 148.1 kcal; ZS: 0.3 g; SZH: 29.0 g; FH: 3.9 g;
SÓ: 0.0 g;**Palócleves (sertés) (1;7;12;)**EN: 200.9 kcal; ZS: 13.7 g; TZS: 4.7 g; SZH: 9.3 g;
CK: 1.0 g; FH: 9.2 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg;**Tejben dara * (1;7;)**EN: 216.6 kcal; ZS: 4.2 g; TZS: 2.8 g; SZH: 33.8 g;
CK: 13.2 g; FH: 11.1 g; SÓ: 0.3 g; CA: 315.0 mg;**Kakaó szórát ***EN: 117.0 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 2.0 g; SZH: 16.2 g;
CK: 0.1 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.3 g;

Uzsonna

Kapros túrókrém (7;)EN: 42.2 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 1.5 g; SZH: 1.1 g;
CK: 1.1 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.0 g; CA: 26.0 mg;**vizes zsemle (1;)**EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g;
CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;**Körözött (7;)**EN: 54.0 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 2.2 g; SZH: 0.8 g;
CK: 0.8 g; FH: 4.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 32.0 mg;**vizes kifli (1;)**EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g;
CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;**Házi szárnyaskrém**EN: 27.4 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.3 g; SZH: 0.3 g;
CK: 0.0 g; FH: 4.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;**vizes zsemle (1;)**EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g;
CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;**Paprika**

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

Kockasajt, natúr (7;)EN: 70.5 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.8 g;
CK: 1.4 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.5 g; CA: 172.5 mg;**vizes kifli (1;)**EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g;
CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;