

Tízórai

Kakaós rizsitalEN: 165.2 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.5 g; SZH: 33.5 g;
CK: 15.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g;**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 teaEN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g;
CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;**Céklás margarin****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;

Rizs italEN: 130.0 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 26.0 g;
CK: 9.6 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.2 g;**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: 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**EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g;
CK: 9.0 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;)**EN: 147.4 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 0.7 g; SZH: 18.7 g;
CK: 9.7 g; FH: 2.8 g; SÓ: 1.1 g;**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;9;12;)**EN: 113.1 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 9.1 g;
CK: 2.3 g; FH: 13.7 g; SÓ: 0.8 g;**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;9;)EN: 60.8 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.3 g; SZH: 6.9 g;
CK: 1.2 g; FH: 1.7 g; SÓ: 1.1 g;**Húsgombóc (sertés)**EN: 207.4 kcal; ZS: 11.9 g; TZS: 3.7 g; SZH: 14.4 g;
CK: 0.0 g; FH: 10.8 g; SÓ: 0.9 g;**Paradicsom mártás (1;9;)**EN: 190.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 40.6 g;
CK: 23.3 g; FH: 3.7 g; SÓ: 0.1 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;10;12;)**EN: 205.2 kcal; ZS: 12.6 g; TZS: 3.6 g; SZH: 12.5 g;
CK: 1.5 g; FH: 10.6 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;**Tejben dara TM (1;)**EN: 222.7 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.4 g; SZH: 48.2 g;
CK: 24.6 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.2 g;**Kakaó szórat**EN: 81.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.3 g; SZH: 18.3 g;
CK: 18.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;

Uzsonna

Kapros margarinEN: 54.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.0 g;
CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 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;**Házi sertés húskrém**EN: 49.6 kcal; ZS: 3.8 g; TZS: 1.0 g; SZH: 0.1 g;
CK: 0.0 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.1 g;**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;

Sárgarépás margarinEN: 33.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.9 g; SZH: 1.2 g;
FH: 0.2 g; SÓ: 0.1 g;**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;