

Hétfő
04.21Kedd
04.22Szerda
04.23Csütörtök
04.24Péntek
04.25

Tízórai

Kakaós rizsitalEN: 185,8 kcal; ZS: 3,3 g; TZS: 0,6 g; SZH: 37,7 g;
CK: 17,5 g; FH: 1,1 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: 63,0 kcal; ZS: 7,0 g; TZS: 1,6 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: 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;**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: 63,0 kcal; ZS: 7,0 g; TZS: 1,6 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: 138,0 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: 6,0 kcal; ZS: 0,0 g; SZH: 0,9 g; FH: 0,5 g;

Ebéd

Erőleves levestésztával (1;9;12;)EN: 63,4 kcal; ZS: 0,2 g; TZS: 0,0 g; SZH: 13,0 g;
CK: 1,4 g; FH: 2,2 g; SÓ: 2,0 g;**Sertéssült**EN: 143,1 kcal; ZS: 7,2 g; TZS: 2,0 g; FH: 18,4 g;
SÓ: 0,9 g;**Karalábé főzelék (1;)**EN: 168,6 kcal; ZS: 7,1 g; TZS: 0,8 g; SZH: 21,3 g;
CK: 11,0 g; FH: 3,2 g; SÓ: 1,2 g;**Lebbencs leves (1;9;12;)**EN: 254,6 kcal; ZS: 7,5 g; TZS: 1,3 g; SZH: 38,6 g;
CK: 1,8 g; FH: 6,6 g; SÓ: 1,3 g; CA: 0,0 mg;**Eszterházy csirkeragu (1;9;12;)**EN: 129,2 kcal; ZS: 2,1 g; TZS: 0,7 g; SZH: 10,4 g;
CK: 2,6 g; FH: 15,6 g; SÓ: 0,9 g;**Rizs köret**EN: 463,5 kcal; ZS: 9,5 g; TZS: 1,1 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: 71,0 kcal; ZS: 3,0 g; TZS: 0,4 g; SZH: 8,3 g;
CK: 1,3 g; FH: 1,9 g; SÓ: 1,2 g;**Húsgombóc (sertés)**EN: 190,1 kcal; ZS: 11,9 g; TZS: 3,7 g; SZH: 10,6 g;
CK: 0,0 g; FH: 10,3 g; SÓ: 1,1 g;**Paradicsom mártás (1;9;)**EN: 194,1 kcal; ZS: 0,6 g; TZS: 0,1 g; SZH: 41,1 g;
CK: 23,6 g; FH: 3,9 g; SÓ: 0,1 g;**Főtt burgonya 1/2 (12;)**EN: 169,2 kcal; ZS: 0,4 g; SZH: 33,1 g; FH: 4,5 g;
SÓ: 0,0 g;**Palócleves (sertés) (1;10;12;)**EN: 256,5 kcal; ZS: 15,7 g; TZS: 4,3 g; SZH: 16,7 g;
CK: 2,0 g; FH: 12,5 g; SÓ: 0,9 g; CA: 0,0 mg;**Tejben dara TM (1;)**EN: 367,7 kcal; ZS: 4,1 g; TZS: 0,7 g; SZH: 79,7 g;
CK: 42,4 g; FH: 2,6 g; SÓ: 0,3 g;**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 margarinEN: 108,0 kcal; ZS: 12,0 g; TZS: 3,8 g; SZH: 0,0 g;
CK: 0,0 g; FH: 0,0 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;**Házi sertés húskrém**EN: 54,2 kcal; ZS: 4,0 g; TZS: 1,1 g; SZH: 0,1 g;
CK: 0,0 g; FH: 4,1 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: 44,0 kcal; ZS: 4,0 g; TZS: 1,2 g; SZH: 1,7 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;