

	Hétfő 06.16	Kedd 06.17	Szerda 06.18	Csütörtök 06.19	Péntek 06.20
Tízórai	Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;) EN: 122.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.2 g; CK: 1.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.9 g;	Tv paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; FH: 0.4 g; Liga Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;) EN: 122.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.2 g; CK: 1.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.9 g;	Ligakrém kapros tm EN: 176.4 kcal; ZS: 19.6 g; TZS: 8.7 g; SZH: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;) EN: 122.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.2 g; CK: 1.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.9 g;	Brokkolis zöldségpástétom EN: 2.5 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;) EN: 122.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.2 g; CK: 1.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.9 g;	Magyaros ligakrém EN: 126.0 kcal; ZS: 14.0 g; TZS: 6.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Abonett EN: 138.4 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 24.0 g; CK: 0.4 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g;
Ebéd	Gulyásleves zm (12;) EN: 284.7 kcal; ZS: 18.7 g; TZS: 4.9 g; SZH: 14.7 g; CK: 0.0 g; FH: 12.7 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Rizsitalos "Tejbenrizs" tm,frm * EN: 357.0 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 0.8 g; SZH: 75.1 g; CK: 10.6 g; FH: 6.5 g; SÓ: 1.2 g; Kakaószórat diab * EN: 11.6 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér fél EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;	Csontleves tojm,gm (9;12;) EN: 64.0 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.4 g; SZH: 10.1 g; CK: 0.1 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Brokkolífőzelék tm,gm (12;) EN: 155.4 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 0.6 g; SZH: 20.0 g; CK: 2.4 g; FH: 4.6 g; SÓ: 1.5 g; Vagdalt EN: 81.0 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 1.0 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.1 g; FH: 10.5 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér fél EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;	Rizstejszínes burgonyaleves tm,frm-gm * (12;) EN: 120.9 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 24.4 g; CK: 1.0 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Édes-savanyú csirkecomb frm,diab,par.mentes * (10;) EN: 241.8 kcal; ZS: 18.3 g; TZS: 4.2 g; SZH: 5.4 g; CK: 0.2 g; FH: 12.7 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Petrezselymes rizs EN: 396.5 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 1.0 g; SZH: 72.3 g; FH: 8.7 g; SÓ: 1.7 g;	Karalábéleves (9;12;) EN: 135.3 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 0.5 g; SZH: 21.0 g; CK: 0.2 g; FH: 2.4 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Kapros halragu tm (4;) EN: 105.0 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 1.0 g; SZH: 3.3 g; CK: 1.0 g; FH: 11.5 g; SÓ: 0.2 g; Tésztaköret tojm,gm EN: 333.6 kcal; ZS: 7.6 g; TZS: 0.9 g; SZH: 61.6 g; CK: 2.7 g; FH: 3.2 g; SÓ: 1.3 g;	Karfiol krémleves tm-gm (12;) EN: 99.8 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 1.8 g; SZH: 11.3 g; CK: 1.0 g; FH: 2.8 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér fél EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g; Borsodi fokhagymás szelet (12;) EN: 373.2 kcal; ZS: 24.7 g; TZS: 5.1 g; SZH: 14.2 g; CK: 1.8 g; FH: 22.4 g; SÓ: 1.5 g; CA: 0.0 mg; Tört burgonya (12;) EN: 235.0 kcal; ZS: 0.5 g; SZH: 46.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 2.6 g;
Uzsonna	Csemege turista szalámi EN: 103.5 kcal; ZS: 9.3 g; TZS: 3.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.8 g; Liga Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;) EN: 122.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.2 g; CK: 1.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.9 g; Kígyóuborka EN: 3.6 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.5 g; FH: 0.3 g;	Szendvicsskrém felvágottból gm,tm EN: 129.7 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 5.2 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.4 g; Abonett EN: 138.4 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 24.0 g; CK: 0.4 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g;	Liga Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;) EN: 122.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.2 g; CK: 1.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.9 g; Soproni felvágott EN: 69.6 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 2.3 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.4 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.7 g;	Tavaszi felvágott EN: 97.0 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 3.5 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.2 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 g; Liga Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; ripsz-ropsz 2db 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; Tv paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; FH: 0.4 g;	Szendvicssonka EN: 31.0 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.6 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.5 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.7 g; Liga Margarin EN: 18.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;) EN: 122.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.2 g; CK: 1.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.9 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;