



	Hétfő 12.01	Kedd 12.02	Szerda 12.03	Csütörtök 12.04	Péntek 12.05
Tízórai	Erdei gyümölcs tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Natúr vajkrém (7;) EN:52.2kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:0.9g CK:0.3g FH:0.4g SÓ:0.1g CA:7.5mg félbarna kenyér (1;) EN:132.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:25.9g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.0g	Tej 2dl (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g CA:240.0mg Szendvics sonkakrém EN:42.8kcal ZS:3.1g TZS:1.1g SZH:0.8g CK:0.4g FH:3.0g SÓ:0.6g Retek szeletek EN:4.5kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:166.5kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:32.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.9g	Erdei gyümölcs tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Toast szelet EN:23.4kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:1.5g CK:0.1g FH:1.6g SÓ:0.5g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:166.5kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:32.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.9g	Csipkebogyó tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Tejszínes túrókrém (7;) EN:69.0kcal ZS:5.5g TZS:3.5g SZH:1.1g CK:1.0g FH:2.8g SÓ:0.7g CA:23.3mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:166.5kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:32.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.9g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Forralt tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g CA:240.0mg Paradicsomos halkrém (4;) EN:57.3kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:2.1g CK:0.0g FH:5.5g SÓ:0.5g Retek szeletek EN:4.5kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g Tk kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g
Ebéd	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN:179.8kcal ZS:11.0g TZS:2.8g SZH:10.5g CK:0.7g FH:8.2g SÓ:1.0g CA:0.0mg Túrós táska (1;6;7;) EN:175.0kcal ZS:7.5g TZS:3.8g SZH:25.0g CK:8.0g FH:2.9g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g alma EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g FH:0.2g	Májgaluska leves (1;3;9;) EN:87.1kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:11.8g CK:2.5g FH:5.9g SÓ:0.2g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:56.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g FH:4.8g Lencsefőzelék (1;7;10;12;) EN:343.6kcal ZS:8.8g TZS:2.4g SZH:42.8g CK:2.9g FH:17.1g SÓ:1.0g CA:0.0mg félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g	Tavaszi rizsleves (9;) EN:93.6kcal ZS:2.1g TZS:0.2g SZH:15.6g CK:0.0g FH:1.4g SÓ:0.9g CA:0.0mg Csemege sertéssült EN:155.6kcal ZS:10.3g TZS:2.7g SZH:0.3g FH:14.7g SÓ:0.2g Sóska mártás (1;7;) EN:137.7kcal ZS:2.8g TZS:1.6g SZH:21.9g CK:3.6g FH:4.2g SÓ:1.0g CA:18.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:126.9kcal ZS:0.3g SZH:24.8g FH:3.4g SÓ:0.0g teljes kiőrlésű rozskenyér (ebédhez) (1;) EN:60.0kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:12.5g FH:1.7g SÓ:0.4g	Magyaros karalábé leves (1;12;) EN:37.3kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:5.6g CK:0.8g FH:1.3g SÓ:0.1g Sertés pörkölt EN:99.5kcal ZS:6.3g TZS:1.2g SZH:1.6g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:0.1g CA:0.0mg Tökfőzelék (1;7;) EN:152.7kcal ZS:8.0g TZS:2.5g SZH:17.3g CK:3.7g FH:2.7g SÓ:0.7g CA:0.0mg félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g Levesbetét tészta (1;) EN:24.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:0.2g FH:0.9g SÓ:0.0g	Csontleves tésztával (1;9;) EN:68.8kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:2.5g FH:2.8g SÓ:2.0g CA:0.0mg Bácskai bulgur (sertés) (1;) EN:368.1kcal ZS:11.8g TZS:1.9g SZH:43.8g CK:6.0g FH:20.4g SÓ:1.0g Csalamádé (10;12;) EN:9.0kcal ZS:0.1g SZH:1.2g CK:1.0g FH:0.4g
Uzsonna	Soproni felvágott EN:46.4kcal ZS:3.8g TZS:1.6g SZH:0.7g CK:0.3g FH:2.4g SÓ:0.4g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g vizes zsemle (1;) EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:28.2g CK:0.9g FH:4.4g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g körte EN:52.0kcal SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g	Kockasajt, natúr (7;) EN:70.5kcal ZS:5.5g TZS:3.8g SZH:1.8g CK:1.4g FH:3.3g SÓ:0.5g CA:172.5mg Kifli (1;7;) EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g	Kenőmájás (sertés) EN:43.8kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.4g vizes zsemle (1;) EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:28.2g CK:0.9g FH:4.4g Lilahagyma EN:8.0kcal ZS:0.0g SZH:1.7g FH:0.2g SÓ:0.0g	Mongol saláta * (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g