



	Hétfő 12.01	Kedd 12.02	Szerda 12.03	Csütörtök 12.04	Péntek 12.05
Ebéd	Marha gulyás leves (1;9;12;) EN:203.6kcal ZS:7.6g TZS:2.1g SZH:16.0g CK:0.2g FH:16.0g SÓ:1.5g Káposztás kocka (1;) EN:474.4kcal ZS:6.6g TZS:1.0g SZH:87.5g CK:9.5g FH:14.9g SÓ:2.1g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g SZH:14.0g FH:0.8g 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	Májgaluska leves (1;3;9;) EN:162.0kcal ZS:2.9g TZS:0.9g SZH:21.4g CK:4.4g FH:11.4g SÓ:0.4g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:112.0kcal ZS:8.0g TZS:2.4g FH:9.6g 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 Lencsefőzelék (1;7;10;12;) EN:504.9kcal ZS:14.9g TZS:4.1g SZH:61.0g CK:5.2g FH:23.4g SÓ:1.9g CA:0.0mg körte EN:52.0kcal SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g	Tartármártás (3;7;10;) EN:237.3kcal ZS:20.5g TZS:4.9g SZH:9.6g CK:8.2g FH:1.6g SÓ:1.5g CA:48.0mg teljes kiőrlésű rozskenyér (ebédhez) (1;) EN:120.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.5g SÓ:0.8g Petrezselymes burgonya (12;) EN:451.0kcal ZS:18.6g TZS:8.4g SZH:57.2g FH:7.8g SÓ:1.5g Rántott halszelet (1;3;4;) EN:514.9kcal ZS:33.4g TZS:4.7g SZH:30.9g CK:0.3g FH:21.2g SÓ:2.3g Tavaszi rizsleves (9;) EN:169.7kcal ZS:3.9g TZS:0.4g SZH:28.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:1.7g 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 Magyaros karalábé leves (1;12;) EN:81.6kcal ZS:2.7g TZS:0.3g SZH:11.4g CK:1.5g FH:2.5g SÓ:0.2g Sertés pörkölt EN:139.7kcal ZS:6.2g TZS:1.7g SZH:3.0g CK:0.0g FH:16.8g SÓ:0.1g CA:0.0mg Tökfőzelék (1;7;) EN:155.8kcal ZS:3.1g TZS:1.7g SZH:27.7g CK:5.5g FH:3.9g SÓ:1.4g CA:0.0mg Levesbetét tészta (1;) EN:105.3kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.6g CK:1.1g FH:3.8g SÓ:0.0g	Csontleves tésztával (1;9;) EN:110.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:4.2g FH:4.5g SÓ:3.1g CA:0.0mg Csalamádé (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.6g FH:0.6g Bácskai bulgur (sertés) (1;) EN:610.3kcal ZS:19.4g TZS:3.2g SZH:72.9g CK:10.0g FH:34.0g SÓ:1.7g teljes kiőrlésű rozskenyér (ebédhez) (1;) EN:120.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.5g SÓ:0.8g