

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Reggeli A	Tej (3 dl) (7;) EN:174.0kcal ZS:8.4g TZS:6.0g SZH:15.0g CK:15.0g FH:9.9g SÓ:0.3g CA:360.0mg Kockasajt (8 db-os) 1.00 DB (7;) EN:61.5kcal ZS:5.0g TZS:3.3g SZH:1.1g CK:1.1g FH:3.0g SÓ:0.5g CA:105.0mg Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Karamell (2,5 dl) (7;) EN:227.0kcal ZS:7.0g TZS:5.0g SZH:32.5g CK:32.5g FH:8.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Minijam(25g)(30g) 1.00 DB (7;) EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Tej (2,5 dl) (7;) EN:145.0kcal ZS:7.0g TZS:5.0g SZH:12.5g CK:12.5g FH:8.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Tej (3 dl) (7;) EN:174.0kcal ZS:8.4g TZS:6.0g SZH:15.0g CK:15.0g FH:9.9g SÓ:0.3g CA:360.0mg Húskrém topp.30 g 1.00 D EN:79.2kcal ZS:6.6g TZS:1.6g SZH:1.5g FH:3.4g SÓ:0.4g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Csokistej (2,5 dl) * (7;) EN:241.6kcal ZS:7.2g TZS:5.1g SZH:34.1g CK:34.1g FH:8.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Minijam(25g)(30g) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Tejeskávé (3 dl) (1;7;) EN:273.6kcal ZS:8.5g TZS:6.0g SZH:38.3g CK:35.0g FH:10.4g SÓ:0.3g CA:360.0mg Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Kakaó 3 dl (7;) EN:258.8kcal ZS:9.0g TZS:6.4g SZH:33.3g CK:33.0g FH:10.5g SÓ:0.3g CA:364.2mg Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Vizes zsemle 1.00 DB (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Ebéd A	Csontleves(dieta)(betettel) * (1;3;) EN:171.3kcal ZS:6.9g TZS:1.4g SZH:19.5g CK:1.9g FH:6.9g SÓ:1.6g Rakott karfiol * (1;3;7;) EN:685.0kcal ZS:40.3g TZS:15.5g SZH:46.4g CK:9.3g FH:30.9g SÓ:1.8g CA:108.0mg Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Paradicsomleves/K (1;9;) EN:306.6kcal ZS:7.1g TZS:0.8g SZH:54.9g CK:36.2g FH:4.5g SÓ:1.5g Gombás sertéstokány (1;7;) EN:310.9kcal ZS:24.7g TZS:9.4g SZH:6.0g CK:0.7g FH:15.5g SÓ:1.6g CA:47.3mg Főtt száraztészta (szarvacska) (1;) EN:433.9kcal ZS:10.4g TZS:1.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.5g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Karfiol leves * (1;7;) EN:171.1kcal ZS:9.8g TZS:3.5g SZH:13.7g CK:2.7g FH:5.5g SÓ:1.5g CA:24.0mg Rántott halfilé (tonhal) (1;3;4;) EN:611.9kcal ZS:38.8g TZS:4.7g SZH:44.9g CK:0.5g FH:19.8g SÓ:2.8g Zöldséges bulgur (1;) EN:361.8kcal ZS:10.7g TZS:1.0g SZH:55.5g CK:10.9g FH:10.0g SÓ:1.6g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Magyaros csirkeragu leves (1;3;) EN:287.3kcal ZS:12.3g TZS:2.0g SZH:24.7g CK:0.5g FH:17.5g SÓ:1.9g CA:13.5mg Káposztás kocka/F (1;) EN:513.5kcal ZS:19.7g TZS:2.3g SZH:70.0g CK:4.8g FH:12.7g SÓ:1.6g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Margaringaluska leves * v zöld (1;3;7;) EN:216.0kcal ZS:11.7g TZS:3.8g SZH:22.3g CK:2.4g FH:4.8g SÓ:1.6g Vagdalt (1;3;6;) EN:426.4kcal ZS:32.0g TZS:8.9g SZH:12.1g CK:0.2g FH:22.2g SÓ:1.9g Kelkáposzta főzelék/F (1;) EN:243.3kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:33.1g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.6g CA:0.0mg Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Zöldségleves (diéta) * -Bet- (1;3;) EN:105.7kcal ZS:3.6g TZS:0.4g SZH:15.1g CK:2.5g FH:2.8g SÓ:1.5g Csikós tokány (lapocka) (1;7;) EN:435.7kcal ZS:36.1g TZS:15.4g SZH:6.3g CK:0.7g FH:20.9g SÓ:2.1g CA:36.0mg Párolt rizsköret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:1.5g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Zellerkrémleves* (1;7;9;) EN:201.6kcal ZS:13.0g TZS:5.8g SZH:13.5g CK:4.4g FH:4.7g SÓ:1.8g CA:78.0mg Pírtott kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Lecsós csirkemáj EN:199.9kcal ZS:13.2g TZS:2.3g SZH:4.8g CK:0.0g FH:14.2g SÓ:2.2g Pírtott tarhonya (1;) EN:516.8kcal ZS:19.6g TZS:2.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.5g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g
Vacsora A	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Tej (poharas) 0,2 1.00 DB (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	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g

GasztViTál	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Vacsora A	Soproni felv. 0.09 KG allergénmentes EN:208.8kcal ZS:17.1g TZS:7.0g SZH:3.0g CK:1.3g FH:10.8g SÓ:2.0g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Zöldséges szelet 0.07 kg allergénmentes EN:120.4kcal ZS:9.7g TZS:3.6g SZH:1.5g CK:0.2g FH:6.7g SÓ:1.5g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Sajtos párizsi 0.09 KG (7;) EN:165.6kcal ZS:14.2g TZS:4.6g SZH:0.8g CK:0.4g FH:12.0g SÓ:1.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Trappista sajt 0,07 KG (7;) EN:207.9kcal ZS:15.1g TZS:9.8g SZH:1.1g CK:0.0g FH:17.5g SÓ:1.4g CA:455.0mg Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Májkrém 62 g. 1.00 DB (1;6;9;10;) EN:146.9kcal ZS:9.6g TZS:4.0g SZH:8.4g CK:6.3g FH:6.5g SÓ:1.2g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Krémsajt (tömlős) 50 g 1 DB (7;) EN:91.0kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:3.0g CK:2.5g FH:4.2g SÓ:0.3g CA:275.0mg Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g
Napi összesítés	EN: 1979.5 kcal; ZS: 82.7 g; TZS: 35.4 g; SZH: 217.2 g; CK: 33.1 g; FH: 84.7 g; SÓ: 9.8 g; CA: 573.0 mg;	EN: 2090.3 kcal; ZS: 63.7 g; TZS: 22.5 g; SZH: 303.0 g; CK: 89.8 g; FH: 68.5 g; SÓ: 9.8 g; CA: 347.3 mg;	EN: 2122.9 kcal; ZS: 79.7 g; TZS: 18.5 g; SZH: 274.5 g; CK: 57.1 g; FH: 71.1 g; SÓ: 9.8 g; CA: 564.0 mg;	EN: 1850.4 kcal; ZS: 66.1 g; TZS: 18.7 g; SZH: 233.6 g; CK: 24.8 g; FH: 76.8 g; SÓ: 9.3 g; CA: 373.5 mg;	EN: 2026.8 kcal; ZS: 77.3 g; TZS: 30.5 g; SZH: 238.9 g; CK: 53.5 g; FH: 85.4 g; SÓ: 10.2 g; CA: 755.0 mg;	EN: 2041.0 kcal; ZS: 67.6 g; TZS: 28.6 g; SZH: 284.6 g; CK: 65.0 g; FH: 71.3 g; SÓ: 10.1 g; CA: 396.0 mg;	EN: 2082.1 kcal; ZS: 77.7 g; TZS: 25.0 g; SZH: 265.9 g; CK: 47.1 g; FH: 70.6 g; SÓ: 9.3 g; CA: 717.2 mg;

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Reggeli B	Tej (3 dl) (7;) EN:174.0kcal ZS:8.4g TZS:6.0g SZH:15.0g CK:15.0g FH:9.9g SÓ:0.3g CA:360.0mg Kockasajt (8 db-os) 1.00 DB (7;) EN:61.5kcal ZS:5.0g TZS:3.3g SZH:1.1g CK:1.1g FH:3.0g SÓ:0.5g CA:105.0mg Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Karamell (3 dl) (7;) EN:256.0kcal ZS:8.4g TZS:6.0g SZH:35.0g CK:35.0g FH:9.9g SÓ:0.3g CA:360.0mg Minijam(25g)(30g) 1.00 DB (7;) EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Tej (2,5 dl) (7;) EN:145.0kcal ZS:7.0g TZS:5.0g SZH:12.5g CK:12.5g FH:8.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Tej (3 dl) (7;) EN:174.0kcal ZS:8.4g TZS:6.0g SZH:15.0g CK:15.0g FH:9.9g SÓ:0.3g CA:360.0mg Húskrém topp.30 g 1.00 D EN:79.2kcal ZS:6.6g TZS:1.6g SZH:1.5g FH:3.4g SÓ:0.4g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Csokistej (2,5 dl) * (7;) EN:241.6kcal ZS:7.2g TZS:5.1g SZH:34.1g CK:34.1g FH:8.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Minijam(25g)(30g) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Tejeskávé (3 dl) (1;7;) EN:273.6kcal ZS:8.5g TZS:6.0g SZH:38.3g CK:35.0g FH:10.4g SÓ:0.3g CA:360.0mg Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Kakaó 2,5 dl (7;) EN:229.8kcal ZS:7.6g TZS:5.4g SZH:30.8g CK:30.5g FH:8.8g SÓ:0.3g CA:304.2mg Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Vizes zsemle 1.00 DB (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Ebéd B	Csontleves(dieta)(betettel) * (1;3;) EN:171.3kcal ZS:6.9g TZS:1.4g SZH:19.5g CK:1.9g FH:6.9g SÓ:1.6g Főtt sertéshús(comb) EN:136.0kcal ZS:5.4g TZS:1.9g FH:20.5g SÓ:0.2g Almamártás/B (1;7;) EN:303.9kcal ZS:7.5g TZS:4.7g SZH:52.0g CK:35.9g FH:3.1g SÓ:1.0g CA:42.0mg Pirított dara (40g) (1;) EN:186.5kcal ZS:5.9g TZS:0.8g SZH:29.2g FH:3.8g SÓ:1.5g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Köménymagleves (1;) EN:123.3kcal ZS:5.8g TZS:0.9g SZH:14.1g CK:0.0g FH:3.1g SÓ:1.5g CA:0.0mg Pirított kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Sertéssült (comb) EN:204.7kcal ZS:11.1g TZS:2.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:24.6g SÓ:1.7g CA:0.0mg Zöldborsófőzelék * (1;7;) EN:396.3kcal ZS:11.2g TZS:4.1g SZH:51.5g CK:11.1g FH:17.7g SÓ:1.7g CA:120.0mg Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g Babapiskóta 0.03 KG (1;3;) EN:122.4kcal ZS:1.3g SZH:25.0g CK:11.2g FH:2.8g	Karfiol leves * (1;7;) EN:171.1kcal ZS:9.8g TZS:3.5g SZH:13.7g CK:2.7g FH:5.5g SÓ:1.5g CA:24.0mg Sült virsli beteg (6;) EN:298.1kcal ZS:28.4g TZS:8.8g SZH:1.8g FH:8.8g SÓ:1.8g Burgonyapüre (280 g) (7;) EN:448.9kcal ZS:10.5g TZS:5.3g SZH:69.4g CK:5.0g FH:12.1g SÓ:1.6g CA:120.0mg Cseresznye bef.(5/1,5/4 uv.) 0.08 KG EN:67.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:12.8g FH:0.4g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Sertésragu leves* (1;3;) EN:185.8kcal ZS:5.5g TZS:1.8g SZH:11.8g CK:1.5g FH:20.6g SÓ:1.7g Kölesfelfújt (3;7;) EN:592.1kcal ZS:16.8g TZS:8.9g SZH:88.5g CK:40.2g FH:20.0g SÓ:1.3g CA:360.0mg Fahéjas szórát EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Margarinaluska leves * v zöld (1;3;7;) EN:216.0kcal ZS:11.7g TZS:3.8g SZH:22.3g CK:2.4g FH:4.8g SÓ:1.6g Vagdalt (1;3;6;) EN:426.4kcal ZS:32.0g TZS:8.9g SZH:12.1g CK:0.2g FH:22.2g SÓ:1.9g Sárgarépa főzelék * (1;7;) EN:244.6kcal ZS:6.7g TZS:1.8g SZH:38.7g CK:16.0g FH:6.2g SÓ:1.7g CA:72.0mg Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g Háztartási keksz 0.05 KG (1;12;) EN:200.5kcal ZS:3.1g TZS:1.3g SZH:38.0g CK:9.2g FH:4.4g SÓ:0.4g	Zöldségleves (diéta) * -Bet- (1;3;) EN:105.7kcal ZS:3.6g TZS:0.4g SZH:15.1g CK:2.5g FH:2.8g SÓ:1.5g Kapros sertésragu (1;7;) EN:250.4kcal ZS:17.6g TZS:5.2g SZH:4.1g CK:0.5g FH:17.5g SÓ:1.6g CA:24.0mg Párolt rizsköret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:1.5g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g Babapiskóta 0.03 KG (1;3;) EN:122.4kcal ZS:1.3g SZH:25.0g CK:11.2g FH:2.8g	Zellerkrémleves* (1;7;9;) EN:201.6kcal ZS:13.0g TZS:5.8g SZH:13.5g CK:4.4g FH:4.7g SÓ:1.8g CA:78.0mg Pirított kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Húspuding (sertés) (1;3;7;) EN:481.3kcal ZS:35.6g TZS:14.8g SZH:19.1g CK:3.9g FH:20.6g SÓ:2.0g CA:60.0mg Burgonyapüre (280 g) (7;) EN:448.9kcal ZS:10.5g TZS:5.3g SZH:69.4g CK:5.0g FH:12.1g SÓ:1.6g CA:120.0mg Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g
Vacsora B	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Tej (poharas) 0,2 1.00 DB (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	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Vacsora B	Soproni felv. 0.09 KG allergénmentes EN:208.8kcal ZS:17.1g TZS:7.0g SZH:3.0g CK:1.3g FH:10.8g SÓ:2.0g Kenyér 0.15 KG (1;6;) EN:361.5kcal ZS:1.5g TZS:0.3g SZH:72.0g CK:2.4g FH:12.9g SÓ:2.3g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Zöldséges szelet 0.09 kg allergénmentes EN:154.8kcal ZS:12.5g TZS:4.7g SZH:1.9g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:2.0g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Sajtos párizsi 0.09 KG (7;) EN:165.6kcal ZS:14.2g TZS:4.6g SZH:0.8g CK:0.4g FH:12.0g SÓ:1.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Trappista sajt 0,07 KG (7;) EN:207.9kcal ZS:15.1g TZS:9.8g SZH:1.1g CK:0.0g FH:17.5g SÓ:1.4g CA:455.0mg Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Toast sonkás szelet 0,09 KG (glutén,tej,laktóz 0) EN:78.3kcal ZS:2.5g TZS:1.0g SZH:3.9g CK:0.4g FH:10.1g SÓ:2.5g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Baromfi párizsi rúd 0.07 kg eF-eF allergénmentes EN:142.1kcal ZS:11.9g TZS:4.2g SZH:1.1g CK:0.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g
Napi összesítés	EN: 2017.3 kcal; ZS: 61.6 g; TZS: 27.4 g; SZH: 271.2 g; CK: 60.2 g; FH: 84.6 g; SÓ: 11.3 g; CA: 507.0 mg;	EN: 1997.1 kcal; ZS: 55.3 g; TZS: 20.8 g; SZH: 273.2 g; CK: 74.6 g; FH: 89.7 g; SÓ: 10.9 g; CA: 480.0 mg;	EN: 1963.4 kcal; ZS: 69.3 g; TZS: 27.0 g; SZH: 259.6 g; CK: 63.4 g; FH: 62.6 g; SÓ: 8.8 g; CA: 684.0 mg;	EN: 1868.5 kcal; ZS: 56.4 g; TZS: 25.2 g; SZH: 249.3 g; CK: 71.2 g; FH: 87.2 g; SÓ: 8.8 g; CA: 720.0 mg;	EN: 2228.6 kcal; ZS: 80.6 g; TZS: 32.9 g; SZH: 282.4 g; CK: 78.6 g; FH: 84.8 g; SÓ: 10.7 g; CA: 827.0 mg;	EN: 1957.6 kcal; ZS: 43.5 g; TZS: 15.4 g; SZH: 312.4 g; CK: 70.4 g; FH: 76.1 g; SÓ: 11.1 g; CA: 384.0 mg;	EN: 2325.5 kcal; ZS: 94.6 g; TZS: 39.1 g; SZH: 274.6 g; CK: 49.2 g; FH: 79.0 g; SÓ: 11.1 g; CA: 562.2 mg;