

	Hétfő 12.01	Kedd 12.02	Szerda 12.03	Csütörtök 12.04	Péntek 12.05	Szombat 12.06	Vasárnap 12.07
Ebéd	Tárkonyos sertésraguleves (1;7;) EN:275.4kcal ZS:17.7g TZS:7.4g SZH:13.6g CK:4.2g FH:14.6g SÓ:29.7g Tejben dara (1;7;) EN:408.4kcal ZS:6.4g TZS:4.2g SZH:70.6g CK:38.1g FH:17.1g SÓ:0.4g Kakaó szórat EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g Kivi gyümölcs EN:52.0kcal SZH:11.3g FH:1.0g félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Sütőtök krémleves (1;7;12;) EN:245.7kcal ZS:9.1g TZS:5.4g SZH:35.9g CK:16.6g FH:4.0g SÓ:0.1g Pirított tökmag EN:189.4kcal ZS:16.0g TZS:3.0g SZH:6.2g CK:0.4g FH:8.6g SÓ:0.0g Sertés pörkölt EN:198.6kcal ZS:12.0g TZS:2.3g SZH:4.1g FH:17.2g SÓ:1.8g Főtt tészta (1;) EN:415.4kcal ZS:12.1g TZS:1.6g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Tejszelet (1;3;5;6;7;8;) EN:107.6kcal ZS:5.2g TZS:3.2g SZH:12.9g CK:7.0g FH:2.1g SÓ:0.0g	Őszibarackleves (1;7;) EN:269.4kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:54.5g CK:43.3g FH:2.9g SÓ:0.7g Sajtos halfilé (4;7;) EN:121.4kcal ZS:7.3g TZS:2.2g SZH:0.2g CK:0.0g FH:13.5g SÓ:1.8g Párolt rizs 1/2 adag EN:448.9kcal ZS:4.7g TZS:0.5g SZH:33.6g FH:2.7g SÓ:4.9g Majonézes kukorica 1/2 (3;7;10;) EN:417.8kcal ZS:25.8g TZS:4.7g SZH:36.8g CK:22.8g FH:5.6g SÓ:1.0g félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Nyírségi gombóclevés (1;3;6;7;) EN:184.8kcal ZS:5.1g TZS:2.0g SZH:17.5g CK:3.6g FH:15.6g SÓ:3.0g Főtt virsli EN:318.0kcal ZS:27.5g TZS:8.4g SZH:3.2g CK:0.4g FH:14.3g SÓ:2.6g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:259.7kcal ZS:3.0g TZS:1.6g SZH:46.5g CK:0.7g FH:6.9g SÓ:0.0g félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Paradicsomleves (1;9;) EN:264.1kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:47.1g CK:24.0g FH:4.6g SÓ:1.6g Zöldséges bulgur szárnyashússal (1;) EN:602.6kcal ZS:9.3g TZS:1.1g SZH:89.5g CK:12.3g FH:40.0g SÓ:1.8g Mongol saláta * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g Mikulás (6;7;) Mandarin EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Magyaros zellerleves (1;9;) EN:86.6kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:12.5g CK:2.2g FH:2.4g SÓ:1.9g Rakott savanyúkáposzta (12;) EN:358.5kcal ZS:14.5g TZS:2.6g SZH:34.1g CK:1.8g FH:21.8g SÓ:5.4g félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN:343.1kcal ZS:21.3g TZS:5.5g SZH:19.5g CK:1.4g FH:16.0g SÓ:1.8g Brassói sertésragu (1;) EN:250.2kcal ZS:15.4g TZS:4.1g SZH:4.5g CK:0.0g FH:21.6g SÓ:0.2g Pirított burgonya (12;) Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g