

	Hétfő 12.15	Kedd 12.16	Szerda 12.17	Csütörtök 12.18	Péntek 12.19	Szombat 12.20	Vasárnap 12.21
Ebéd	Babgulyás (1;3;9;) EN:251.3kcal ZS:13.5g TZS:2.2g SZH:15.8g CK:1.1g FH:15.5g SÓ:2.0g Panírozott sajt (1;7;) EN:372.8kcal ZS:27.7g TZS:8.3g SZH:16.4g CK:0.7g FH:13.9g SÓ:1.2g Rizs köret EN:398.5kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:74.4g FH:8.9g SÓ:0.3g 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 Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Banán EN:210.0kcal SZH:48.4g FH:2.6g	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;) EN:57.8kcal ZS:2.1g TZS:0.8g SZH:6.1g CK:2.5g FH:3.3g SÓ:1.1g Fasírt golyó (1;6;) EN:400.8kcal ZS:33.4g TZS:4.6g SZH:13.0g CK:1.0g FH:11.0g SÓ:1.8g Finomfőzelék (1;7;) EN:280.3kcal ZS:6.4g TZS:1.4g SZH:46.7g CK:21.0g FH:8.0g SÓ:1.7g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zeller leves (1;3;9;) EN:74.7kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:9.1g CK:1.4g FH:2.4g SÓ:1.5g Milánói penne (1;) EN:533.2kcal ZS:9.7g TZS:4.1g SZH:83.7g CK:13.6g FH:26.5g SÓ:3.4g Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g	Karfiolleves (1;) EN:174.6kcal ZS:8.5g TZS:1.1g SZH:19.2g CK:2.4g FH:4.7g SÓ:2.0g Csirkepörkölt EN:219.3kcal ZS:12.7g TZS:2.1g SZH:4.5g CK:0.0g FH:20.8g SÓ:2.1g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:276.4kcal ZS:6.0g TZS:2.7g SZH:44.7g CK:0.4g FH:6.6g SÓ:2.5g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Paradicsomleves (1;6;) EN:230.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:41.7g CK:23.5g FH:3.4g SÓ:1.1g Rizseshús EN:677.7kcal ZS:18.2g TZS:3.8g SZH:95.9g CK:0.7g FH:32.3g SÓ:1.7g Menüsüti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Erőleves (9;) EN:84.6kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:9.9g CK:4.9g FH:5.0g SÓ:2.5g Levesbetét tészta (1;) EN:15.8kcal ZS:0.1g SZH:3.2g CK:0.1g FH:0.5g SÓ:0.4g Pacal pörkölt EN:251.5kcal ZS:18.2g TZS:4.5g SZH:4.1g FH:16.2g SÓ:1.7g Főtt burgonya (12;) EN:310.2kcal ZS:0.7g SZH:60.7g FH:8.3g SÓ:1.0g Ecetes almapirika (10;12;) EN:16.0kcal ZS:0.2g SZH:2.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:1.6g	Kassai burgonyaleves (1;7;12;) EN:253.0kcal ZS:10.3g TZS:5.6g SZH:28.7g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:2.1g Sajtmártás (1;7;) EN:216.3kcal ZS:10.7g TZS:6.9g SZH:19.8g CK:11.6g FH:10.4g SÓ:1.7g Sült csirkemell EN:205.2kcal ZS:7.7g TZS:1.8g FH:31.8g SÓ:1.5g Rizs köret EN:398.5kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:74.4g FH:8.9g SÓ:0.3g
Ebéd B	Kaszás leves (1;3;7;) EN:422.7kcal ZS:29.4g TZS:11.5g SZH:16.6g CK:3.0g FH:22.4g SÓ:3.0g Főtt tészta (1;) EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g FH:10.0g SÓ:1.4g Mák szórát EN:241.0kcal ZS:11.4g TZS:1.5g SZH:27.2g CK:20.9g FH:6.3g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Banán EN:210.0kcal SZH:48.4g FH:2.6g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:99.6kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:8.9g CK:0.6g FH:4.0g SÓ:3.0g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Bácskai rizseshús EN:677.7kcal ZS:18.2g TZS:3.8g SZH:95.9g CK:0.7g FH:32.3g SÓ:1.7g Cékla * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Zöldséggaluska leves (1;3;7;9;) EN:79.2kcal ZS:1.7g TZS:0.9g SZH:11.9g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.6g Fűszeres csirkeapró (1;) EN:192.0kcal ZS:9.9g TZS:2.3g SZH:3.7g CK:0.0g FH:21.4g SÓ:2.0g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:387.2kcal ZS:13.1g TZS:3.5g SZH:43.7g CK:4.2g FH:17.4g SÓ:1.9g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Pírtott tésztaleves (1;9;12;) EN:210.4kcal ZS:10.5g TZS:1.2g SZH:23.4g CK:2.1g FH:3.9g SÓ:1.4g Mézes-mustáros sertés ragu (7;10;) EN:314.4kcal ZS:21.5g TZS:7.8g SZH:12.7g CK:12.7g FH:18.3g SÓ:1.3g Párolt bulgur (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:1.1g	Olasz zöldségleves (1;9;) EN:97.3kcal ZS:1.9g TZS:0.2g SZH:14.8g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:1.4g Húsos rakott zöldség (7;) EN:382.9kcal ZS:22.4g TZS:6.2g SZH:24.8g CK:4.2g FH:19.1g SÓ:1.9g Menüsüti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Erőleves (9;) EN:84.6kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:9.9g CK:4.9g FH:5.0g SÓ:2.5g Levesbetét tészta (1;) EN:15.8kcal ZS:0.1g SZH:3.2g CK:0.1g FH:0.5g SÓ:0.4g Rántott csirkemell (1;3;) EN:465.3kcal ZS:27.5g TZS:3.9g SZH:24.7g CK:0.2g FH:27.9g SÓ:1.9g Karottás rizs EN:772.6kcal ZS:10.8g TZS:1.3g SZH:152.2g FH:18.4g SÓ:1.0g	Kassai burgonyaleves (1;7;12;) EN:253.0kcal ZS:10.3g TZS:5.6g SZH:28.7g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:2.1g Sertés húsos lasagne (1;7;9;) EN:615.7kcal ZS:22.9g TZS:8.5g SZH:67.1g CK:8.8g FH:33.0g SÓ:1.4g