

	Hétfő 12.22	Kedd 12.23	Szerda 12.24	Csütörtök 12.25	Péntek 12.26	Szombat 12.27	Vasárnap 12.28
Reggeli	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Kakaó (7;) EN:162.8kcal ZS:4.2g TZS:2.8g SZH:22.8g CK:22.5g FH:8.7g SÓ:0.3g	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Kakaó (7;) EN:162.8kcal ZS:4.2g TZS:2.8g SZH:22.8g CK:22.5g FH:8.7g SÓ:0.3g	Karamell (7;) EN:156.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:22.5g CK:22.5g FH:8.3g SÓ:0.3g	Gyümölcs tea (12;) EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g
	Baromfipárizsi EN:81.2kcal ZS:6.8g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.2g FH:4.4g SÓ:0.8g	Házi húskrém EN:181.0kcal ZS:16.0g TZS:6.3g SZH:0.2g CK:0.0g FH:9.0g SÓ:1.1g	Barack lekvár EN:72.9kcal SZH:17.4g CK:15.3g	Turista felvágott EN:172.5kcal ZS:15.5g TZS:6.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:8.0g SÓ:1.3g	Sajtos croissant (1;3;7;) EN:361.0kcal ZS:18.1g TZS:10.0g SZH:41.4g CK:5.1g FH:7.2g SÓ:0.6g	Sertéspárizsi EN:92.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:1.0g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:0.8g	Magyaros szendvicsskrém (7;) EN:139.2kcal ZS:14.0g TZS:9.1g SZH:2.4g CK:0.9g FH:1.0g SÓ:0.4g
	félbarna kenyér (1;) EN:265.7kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:51.7g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:0.0g	Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g	Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g		Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g
	Lilahagyma EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:5.0g FH:0.7g SÓ:0.0g		Foszlós kalács (1;3;6;7;13;) EN:297.5kcal ZS:7.5g TZS:3.0g SZH:51.9g CK:8.4g FH:8.3g SÓ:0.6g	félbarna kenyér (1;) EN:265.7kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:51.7g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:0.0g		félbarna kenyér (1;) EN:265.7kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:51.7g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:0.0g	Jégcsapretek EN:9.0kcal ZS:0.1g SZH:1.3g FH:0.7g
Ebéd	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:137.8kcal ZS:5.1g TZS:1.0g SZH:15.1g CK:0.4g FH:7.1g SÓ:0.1g	Tarhonyaleves (1;12;) EN:212.5kcal ZS:9.8g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:0.7g FH:4.8g SÓ:0.9g	Csontleves EN:97.4kcal ZS:4.2g TZS:1.2g SZH:8.2g CK:3.2g FH:5.9g SÓ:0.6g	Tárkonyos zöldségleves (1;7;9;) EN:163.0kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:24.0g CK:0.8g FH:5.3g SÓ:3.0g	Karfiolleves (1;12;) EN:78.6kcal ZS:4.4g TZS:0.4g SZH:8.7g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.5g	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:178.9kcal ZS:4.1g TZS:2.7g SZH:32.2g CK:28.0g FH:1.6g SÓ:0.5g	Bakonyi sertés betyárleves (1;7;9;) EN:254.6kcal ZS:9.9g TZS:3.2g SZH:22.7g CK:6.5g FH:17.0g SÓ:1.6g
	Sült csirkecomb EN:397.1kcal ZS:28.3g TZS:9.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:32.9g SÓ:1.9g	Zöldbabfőzelék (1;7;12;) EN:213.0kcal ZS:13.5g TZS:3.7g SZH:17.1g CK:2.9g FH:5.2g SÓ:0.7g	Levesbetét tészta (1;) EN:140.4kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:28.8g CK:1.4g FH:5.0g SÓ:0.0g	Töltött káposzta (1;3;) EN:345.5kcal ZS:19.7g TZS:7.2g SZH:24.8g CK:5.0g FH:17.1g SÓ:1.1g	Töltött dagadó (1;3;) EN:304.1kcal ZS:18.1g TZS:5.8g SZH:8.0g CK:0.1g FH:26.0g SÓ:0.7g	Panírozott csirkemell (1;3;6;) EN:943.3kcal ZS:55.4g TZS:8.0g SZH:51.8g CK:2.1g FH:55.0g SÓ:3.6g	Szilvás gombóc (1;3;6;12;) EN:506.1kcal ZS:7.4g TZS:0.6g SZH:90.4g CK:23.0g FH:13.9g SÓ:1.6g
	Tört burgonya (12;) EN:276.4kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:46.0g FH:6.3g SÓ:0.5g	Vagdalt (1;3;6;7;10;) EN:288.1kcal ZS:17.4g TZS:4.9g SZH:17.6g CK:0.6g FH:14.7g SÓ:0.5g	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	Falusi kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Hagymás tört burgonya (12;) EN:329.9kcal ZS:9.7g TZS:1.0g SZH:48.5g FH:6.6g SÓ:1.5g	Párolt rizs EN:515.4kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:96.9g FH:11.6g SÓ:0.5g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g
	Barack befőtt EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Majonézes burgonya (3;7;10;12;) EN:509.7kcal ZS:22.2g TZS:3.8g SZH:62.1g CK:12.6g FH:7.8g SÓ:1.0g	Menü süti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Narancs EN:82.0kcal SZH:17.0g FH:1.2g	Savanyúság (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Sajtos pogácsa (1;3;7;) EN:343.0kcal ZS:17.1g TZS:9.3g SZH:38.0g CK:1.4g FH:8.2g SÓ:2.2g
			Banán EN:210.0kcal SZH:48.4g FH:2.6g				
Uzsonna	Kefír (7;) EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g	Főtt tojás (3;) EN:126.0kcal ZS:9.0g TZS:2.7g FH:10.8g	Narancs EN:82.0kcal SZH:17.0g FH:1.2g	Barack lekvár EN:72.9kcal SZH:17.4g CK:15.3g	Körözött (7;) EN:70.4kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:1.0g FH:4.8g SÓ:0.4g	Zöldhagymás szendvicsskrém (7;) EN:127.6kcal ZS:12.0g TZS:7.6g SZH:1.5g CK:1.1g FH:1.0g SÓ:0.1g	Kakaós csiga (1;3;6;13;) EN:398.8kcal ZS:17.3g TZS:8.1g SZH:63.0g CK:23.0g FH:7.6g SÓ:0.4g
	Vizes zsemle (1;) EN:337.0kcal ZS:8.5g SZH:52.9g FH:10.2g	Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g		Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	Falusi kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:251.5kcal ZS:1.7g TZS:0.1g SZH:51.1g CK:1.1g FH:9.7g SÓ:1.3g	
		Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:279.4kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:56.7g CK:1.2g FH:10.7g SÓ:1.4g		Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:279.4kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:56.7g CK:1.2g FH:10.7g SÓ:1.4g	TV paprika EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.8g FH:0.8g		
		Jégcsapretek EN:9.0kcal ZS:0.1g SZH:1.3g FH:0.7g					

	Hétfő 12.22	Kedd 12.23	Szerda 12.24	Csütörtök 12.25	Péntek 12.26	Szombat 12.27	Vasárnap 12.28
Vacsora	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Dejós guba (1;7;) EN:676.1kcal ZS:20.8g TZS:6.5g SZH:96.4g CK:34.0g FH:22.9g SÓ:1.6g	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Brassói aprópecsenye EN:277.1kcal ZS:23.3g TZS:7.3g SZH:1.6g CK:0.0g FH:15.1g SÓ:0.8g	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g
	Olasz felvágott EN:118.0kcal ZS:10.0g TZS:3.8g SZH:1.1g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:1.1g	Fokhagymás felvágott EN:129.5kcal ZS:11.5g TZS:5.5g SZH:0.5g FH:6.0g SÓ:1.2g	Vanília öntet (7;) EN:182.5kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:35.4g CK:28.5g FH:4.9g SÓ:0.1g	Tepertőkrém (7;) EN:329.2kcal ZS:33.3g TZS:13.3g FH:4.8g	Savanyúság (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Zala felvágott EN:120.0kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:1.1g CK:0.3g FH:6.5g SÓ:1.1g	Padlizsánkrém (7;) EN:137.3kcal ZS:12.5g TZS:7.9g SZH:4.1g CK:1.4g FH:1.9g SÓ:1.5g
	Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g		félbarna kenyér (1;) EN:265.7kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:51.7g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:0.0g		Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	félbarna kenyér (1;) EN:265.7kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:51.7g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:0.0g
	Falusi kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	félbarna kenyér (1;) EN:265.7kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:51.7g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:0.0g		Lilahagyma EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:5.0g FH:0.7g SÓ:0.0g		Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g	