

	Hétfő 01.26	Kedd 01.27	Szerda 01.28	Csütörtök 01.29	Péntek 01.30	Szombat 01.31	Vasárnap 02.01
Ebéd A	Karfiollevés (1;9;) EN:172.3kcal ZS:9.9g TZS:1.2g SZH:14.8g CK:2.2g FH:4.7g SÓ:1.1g	Zöldséges tarhonyaleves (1;) EN:169.7kcal ZS:3.9g TZS:1.4g SZH:27.6g CK:3.2g FH:4.9g SÓ:0.9g	Paradicsomlevés (1;9;) EN:236.5kcal ZS:5.6g TZS:0.6g SZH:42.1g CK:24.9g FH:3.3g SÓ:0.7g	Hasélevés (1;3;9;) EN:147.7kcal ZS:3.6g TZS:1.2g SZH:14.7g CK:1.1g FH:13.1g SÓ:2.6g	Erőlevés EN:53.4kcal ZS:1.2g TZS:0.3g SZH:7.8g CK:3.2g FH:2.5g SÓ:0.2g	Magyaros zöldbableves (1;9;) EN:128.2kcal ZS:4.2g TZS:0.5g SZH:17.2g CK:3.2g FH:3.9g SÓ:1.4g	Csirkenaguleves (1;7;9;) EN:255.0kcal ZS:10.7g TZS:2.6g SZH:17.8g CK:2.7g FH:18.9g SÓ:1.3g
	Pásztorbulgur (1;12;) EN:1075.3kcal ZS:60.9g TZS:19.5g SZH:98.5g CK:12.6g FH:31.3g SÓ:3.9g	Vagdalt (1;3;) EN:469.9kcal ZS:38.9g TZS:6.9g SZH:16.7g CK:0.0g FH:12.6g SÓ:1.5g	Rántott csirkemell (1;3;) EN:546.3kcal ZS:31.4g TZS:4.2g SZH:37.2g CK:0.4g FH:26.8g SÓ:2.0g	csokis fánk (1;3;7;) EN:623.2kcal ZS:19.5g TZS:4.1g SZH:96.0g CK:57.8g FH:11.6g SÓ:1.0g	Cérmametél (1;) EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:1.0g	Sült oldalas EN:690.0kcal ZS:65.1g TZS:12.3g SZH:0.2g CK:0.0g FH:23.3g SÓ:1.6g	Túrós guba (1;7;) EN:543.6kcal ZS:11.5g TZS:6.4g SZH:89.5g CK:38.8g FH:18.5g SÓ:1.6g
	Cékla * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Kelkáposztafőzelék (1;12;) EN:259.1kcal ZS:9.7g TZS:1.0g SZH:32.3g CK:0.0g FH:8.1g SÓ:0.9g	Petrezselymes burgonya (12;) EN:349.8kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:64.4g CK:0.0g FH:8.8g SÓ:2.0g	Porcukor szórat EN:123.0kcal SZH:30.0g CK:30.0g	Szárnymasapró (1;) EN:200.0kcal ZS:11.2g TZS:1.9g SZH:8.5g CK:0.0g FH:15.6g SÓ:2.3g	Hagymás tört burgonya (12;) EN:320.1kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:58.7g FH:8.0g SÓ:2.0g	Vaníliaöntet (7;) EN:218.5kcal ZS:3.1g TZS:2.1g SZH:40.9g CK:29.1g FH:6.8g SÓ:0.2g
		Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Mongol saláta * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Mandarin EN:67.5kcal SZH:14.7g FH:1.1g	Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:535.2kcal ZS:14.2g TZS:3.5g SZH:64.9g CK:4.6g FH:27.4g SÓ:0.1g	Mongol saláta * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g
Ebéd B		Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g			Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g		
	Magyaros burgonyaleves (1;9;12;) EN:241.1kcal ZS:9.2g TZS:1.0g SZH:32.0g CK:0.2g FH:4.4g SÓ:0.7g	Pandúrlevés (1;7;9;12;) EN:171.2kcal ZS:7.9g TZS:2.9g SZH:13.4g CK:1.1g FH:9.3g SÓ:2.1g	Zöldborsólevés (1;9;) EN:156.5kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:11.5g CK:1.1g FH:4.4g SÓ:1.0g	Korpagaluskaleves (1;3;9;) EN:119.3kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.2g CK:3.2g FH:4.1g SÓ:2.0g	Süttőtökrémleves (1;7;) EN:150.3kcal ZS:3.1g TZS:2.0g SZH:26.8g CK:14.5g FH:2.8g SÓ:1.2g	Csirkehúsos karfiollevés (1;) EN:155.6kcal ZS:9.8g TZS:1.2g SZH:11.8g CK:1.9g FH:4.3g SÓ:1.1g	Csontleves (9;) EN:218.8kcal ZS:14.8g TZS:3.5g SZH:7.4g CK:3.2g FH:12.4g SÓ:1.6g
	Sertéspörkölt (1;) EN:296.8kcal ZS:18.7g TZS:3.5g SZH:6.2g CK:0.6g FH:23.2g SÓ:2.2g	Tejberizs (7;) EN:406.8kcal ZS:6.1g TZS:4.0g SZH:51.6g CK:20.6g FH:16.9g SÓ:0.6g	Bolognai ragu EN:274.7kcal ZS:21.6g TZS:5.6g SZH:7.2g CK:5.0g FH:7.7g SÓ:1.6g	Vagdalt (1;3;) EN:469.9kcal ZS:38.9g TZS:6.9g SZH:16.7g CK:0.0g FH:12.6g SÓ:1.5g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:25.0kcal ZS:1.4g TZS:0.7g SZH:2.7g CK:0.3g FH:0.4g SÓ:0.0g	Vargabéles (1;3;7;) EN:573.9kcal ZS:12.1g TZS:7.7g SZH:86.6g CK:15.8g FH:28.6g SÓ:1.5g	Cérmametél (1;) EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:1.0g
	Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:191.9kcal ZS:8.6g TZS:3.9g SZH:19.8g CK:5.2g FH:6.9g SÓ:0.7g	Fahéjszórat EN:120.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:29.1g FH:0.0g SÓ:0.0g	Tésztaköret (1;) EN:504.1kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:86.4g CK:4.2g FH:14.6g SÓ:1.6g	Fejtett babfőzelék (1;7;) EN:587.1kcal ZS:32.4g TZS:13.1g SZH:54.7g CK:8.4g FH:18.3g SÓ:1.8g	Rántott csirkemell (1;3;) EN:546.3kcal ZS:31.4g TZS:4.2g SZH:37.2g CK:0.4g FH:26.8g SÓ:2.0g	Töltött káposzta (1;) EN:382.5kcal ZS:19.4g TZS:3.5g SZH:21.9g CK:0.1g FH:27.8g SÓ:6.1g	
	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Reszelt sajt (7;) EN:59.4kcal ZS:4.3g TZS:2.8g SZH:0.3g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:0.4g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Petrezselymes burgonya (12;) EN:349.8kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:64.4g CK:0.0g FH:8.8g SÓ:2.0g		Tejfőlmártás (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g
	Alma EN:87.5kcal ZS:1.0g SZH:17.5g FH:1.0g				Mongol saláta * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g		Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g