

	Hétfő 03.02	Kedd 03.03	Szerda 03.04	Csütörtök 03.05	Péntek 03.06	Szombat 03.07	Vasárnap 03.08
Ebéd	Csokonai sertésragu leves (1;7;9;10;12;) EN:177.3kcal ZS:9.1g TZS:2.9g SZH:8.1g CK:1.1g FH:13.9g SÓ:0.3g CA:12.0mg Tejberizs (7;) EN:398.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:76.8g CK:22.5g FH:14.8g SÓ:0.9g CA:300.0mg Kakaó szórát EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g CA:0.0mg félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zabgaluska leves (1;3;9;) EN:97.3kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:17.9g CK:2.9g FH:3.5g SÓ:0.5g CA:0.0mg Köményes sertéssült EN:160.5kcal ZS:6.6g TZS:2.0g SZH:2.0g CK:0.1g FH:21.5g SÓ:0.9g CA:0.0mg Sárgaborsó főzelék (1;) EN:394.2kcal ZS:9.2g TZS:1.0g SZH:55.0g CK:4.6g FH:20.8g SÓ:0.0g CA:0.0mg 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 TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Almakrémleves (1;7;) EN:211.8kcal ZS:2.3g TZS:1.3g SZH:43.6g CK:27.5g FH:3.0g SÓ:0.7g CA:36.0mg Sertés pörkölt EN:239.4kcal ZS:13.6g TZS:2.9g SZH:4.1g CK:0.0g FH:23.3g SÓ:1.8g CA:0.0mg Tarhonya (1;) EN:428.7kcal ZS:9.8g TZS:1.3g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.0g CA:0.0mg Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g CA:0.0mg félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Hamis gulyásleves (1;9;12;) EN:260.7kcal ZS:12.2g TZS:1.6g SZH:29.2g CK:0.3g FH:6.0g SÓ:1.1g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:112.0kcal ZS:8.0g TZS:2.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:0.2g CA:0.0mg Parajfőzelék (1;7;) EN:196.6kcal ZS:6.6g TZS:1.8g SZH:22.8g CK:6.0g FH:9.1g SÓ:1.3g CA:144.0mg félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Narancs EN:61.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.8g CK:9.8g FH:0.9g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Zöldborsóleves vajas galuskával D (1;3;) EN:202.2kcal ZS:10.9g TZS:1.3g SZH:15.8g CK:0.0g FH:7.8g SÓ:1.7g CA:0.0mg Vadas pulykaragu (1;7;10;) EN:241.0kcal ZS:13.0g TZS:3.9g SZH:11.9g CK:4.1g FH:18.6g SÓ:0.9g CA:15.0mg Bulgur köret (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:0.0g CA:0.0mg Tejszelet (1;3;6;7;) EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g CA:0.0mg félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Paradisomleves (1;9;) EN:264.1kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:47.1g CK:24.0g FH:4.6g SÓ:1.6g CA:0.0mg Brassói csirkeaprópecsenye (1;) EN:164.1kcal ZS:6.0g TZS:1.3g SZH:4.0g CK:0.0g FH:21.8g SÓ:1.5g CA:0.0mg félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g CA:0.0mg	Jókai bableves (1;7;9;) EN:388.8kcal ZS:29.2g TZS:11.2g SZH:18.8g CK:3.8g FH:10.5g SÓ:4.3g CA:0.0mg Tarhonyáshús (1;) Csalamádé (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.6g FH:0.6g SÓ:1.6g CA:0.0mg félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g
Napi összesítés	EN: 945.8 kcal; ZS: 14.7 g; TZS: 6.2 g; SZH: 164.1 g; CK: 50.8 g; FH: 36.1 g; SÓ: 2.4 g; CA: 312.0 mg;	EN: 935.0 kcal; ZS: 18.3 g; TZS: 3.5 g; SZH: 133.8 g; CK: 11.8 g; FH: 53.1 g; SÓ: 2.5 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1159.9 kcal; ZS: 26.9 g; TZS: 5.9 g; SZH: 179.6 g; CK: 35.0 g; FH: 46.7 g; SÓ: 5.4 g; CA: 36.0 mg;	EN: 878.8 kcal; ZS: 27.7 g; TZS: 6.2 g; SZH: 116.7 g; CK: 16.2 g; FH: 32.4 g; SÓ: 3.7 g; CA: 144.0 mg;	EN: 1235.6 kcal; ZS: 33.8 g; TZS: 9.9 g; SZH: 180.4 g; CK: 24.8 g; FH: 51.1 g; SÓ: 3.8 g; CA: 15.0 mg;	EN: 684.9 kcal; ZS: 12.7 g; TZS: 2.3 g; SZH: 104.5 g; CK: 24.5 g; FH: 33.9 g; SÓ: 5.6 g; CA: 0.0 mg;	EN: 651.2 kcal; ZS: 30.2 g; TZS: 11.6 g; SZH: 72.7 g; CK: 5.5 g; FH: 18.0 g; SÓ: 7.0 g; CA: 0.0 mg;