

	Hétfő 04.20	Kedd 04.21	Szerda 04.22	Csütörtök 04.23	Péntek 04.24
Ebéd A	Csirkebecsináltleves (1;7;) EN:257.4kcal ZS:7.7g TZS:4.1g SZH:25.9g CK:4.1g FH:19.8g SÓ:1.5g Tehéntúró (7;) EN:58.8kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:1.5g CK:1.5g FH:6.4g SÓ:0.0g Tejföl (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g Fodros nagykocka (1;) EN:608.0kcal ZS:20.1g TZS:2.4g SZH:89.4g CK:5.5g FH:17.1g SÓ:1.0g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Erőleves EN:75.1kcal ZS:4.7g TZS:0.5g SZH:6.4g CK:2.9g FH:1.3g SÓ:2.0g Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.3g Rakott kelkáposzta (7;) EN:515.1kcal ZS:23.0g TZS:7.8g SZH:51.5g CK:1.1g FH:25.3g SÓ:1.7g Puszedli (1;3;) EN:112.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g CK:17.0g FH:1.5g SÓ:0.0g	Paradicsomleves (1;) EN:282.1kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:52.7g CK:17.6g FH:7.9g SÓ:0.9g Fűszeres csirkeragu EN:160.6kcal ZS:5.9g TZS:2.0g SZH:2.3g CK:0.0g FH:23.9g SÓ:1.3g Bulgur köret (1;) EN:435.2kcal ZS:14.9g TZS:1.4g SZH:63.0g CK:9.0g FH:11.7g SÓ:0.9g	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:108.9kcal ZS:3.5g TZS:0.4g SZH:15.5g CK:4.2g FH:3.3g SÓ:1.4g Sült csirkemell EN:139.5kcal ZS:5.4g TZS:1.2g SZH:0.1g CK:0.1g FH:21.2g SÓ:0.6g Sárgaborsófőzelék (1;) EN:554.4kcal ZS:24.2g TZS:5.6g SZH:59.7g CK:4.6g FH:22.6g SÓ:0.6g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	Kókuszos gyümölcsleves (1;7;) EN:203.3kcal ZS:4.3g TZS:3.5g SZH:37.8g CK:31.4g FH:2.2g SÓ:1.3g Eszterházy pulykatokány (1;7;9;10;) EN:154.2kcal ZS:4.9g TZS:2.4g SZH:8.1g CK:2.3g FH:18.3g SÓ:1.2g Párolt rizs köret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:1.1g
Ebéd B	Csirkebecsináltleves (1;7;) EN:257.4kcal ZS:7.7g TZS:4.1g SZH:25.9g CK:4.1g FH:19.8g SÓ:1.5g Piskóta kocka (1;3;) EN:292.0kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:19.5g CK:23.4g FH:8.6g Csokiöntet (1;7;) EN:143.5kcal ZS:3.6g TZS:2.2g SZH:18.9g CK:10.0g FH:7.7g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Erőleves EN:75.1kcal ZS:4.7g TZS:0.5g SZH:6.4g CK:2.9g FH:1.3g SÓ:2.0g Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.3g Fokhagymás pulykaapró EN:212.2kcal ZS:15.5g TZS:2.3g SZH:4.8g CK:0.0g FH:12.5g SÓ:0.7g Szárazbab főzelék (1;7;) EN:370.6kcal ZS:10.0g TZS:2.6g SZH:46.8g CK:6.2g FH:16.8g SÓ:1.3g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Puszedli (1;3;) EN:112.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g CK:17.0g FH:1.5g SÓ:0.0g	Paradicsomleves (1;) EN:282.1kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:52.7g CK:17.6g FH:7.9g SÓ:0.9g Rántott halrúd (1;4;) EN:336.1kcal ZS:20.7g TZS:2.1g SZH:22.8g CK:0.7g FH:13.2g SÓ:0.7g Petrezselymes rizs EN:634.5kcal ZS:26.7g TZS:3.0g SZH:88.8g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:1.0g Majonéz (3;10;) EN:205.0kcal ZS:19.4g TZS:2.3g SZH:5.3g CK:3.5g FH:0.5g SÓ:0.8g	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:108.9kcal ZS:3.5g TZS:0.4g SZH:15.5g CK:4.2g FH:3.3g SÓ:1.4g Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g Sóska mártás (1;7;) EN:113.2kcal ZS:1.5g TZS:0.8g SZH:19.3g CK:5.1g FH:4.4g SÓ:9.9g Főtt burgonya (12;) EN:300.8kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:58.9g CK:0.0g FH:8.0g SÓ:0.9g Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	Kókuszos gyümölcsleves (1;7;) EN:203.3kcal ZS:4.3g TZS:3.5g SZH:37.8g CK:31.4g FH:2.2g SÓ:1.3g Rakott zöldség (sertéshússal) (7;) EN:338.9kcal ZS:15.7g TZS:5.2g SZH:24.5g CK:1.0g FH:22.5g SÓ:0.2g