

	Hétfő 05.04	Kedd 05.05	Szerda 05.06	Csütörtök 05.07	Péntek 05.08
Ebéd A	Frankfurtileves (1;7;12;) EN:255.2kcal ZS:16.7g TZS:5.9g SZH:16.3g CK:0.4g FH:8.5g SÓ:2.4g Tejben dara (1;7;) EN:227.7kcal ZS:2.9g TZS:1.7g SZH:42.0g CK:24.5g FH:7.5g SÓ:0.6g Kakaó szórát EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g Banán EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g	Fokhagyma krémleves (1;7;) EN:127.7kcal ZS:5.6g TZS:2.0g SZH:14.9g CK:0.7g FH:3.8g SÓ:1.2g Napraforgómag EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g Fűszeres sertésfalatok EN:315.3kcal ZS:26.4g TZS:7.5g SZH:1.7g CK:0.0g FH:17.6g SÓ:1.3g Rizs köret 1/2 EN:257.3kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:46.5g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:1.5g Párolt zöldségköret 1/2 EN:84.7kcal ZS:3.2g TZS:0.4g SZH:8.4g CK:4.2g FH:4.0g SÓ:0.9g	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:186.6kcal ZS:4.3g TZS:2.7g SZH:32.5g CK:24.3g FH:2.8g SÓ:0.0g Parajos halas penne (1;4;) EN:444.7kcal ZS:8.6g TZS:1.4g SZH:58.5g CK:2.5g FH:24.1g SÓ:1.6g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g	Kertészleves (1;) EN:156.8kcal ZS:11.4g TZS:1.3g SZH:10.8g CK:1.8g FH:2.6g SÓ:3.0g Sertéspörkölt (1;) EN:227.6kcal ZS:13.4g TZS:2.5g SZH:8.8g CK:0.2g FH:16.7g SÓ:1.7g 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 Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Lencseleves (1;7;10;) EN:236.2kcal ZS:6.1g TZS:2.3g SZH:29.3g CK:2.8g FH:11.8g SÓ:1.2g Mézés-mustáros csirkemell ragu (7;10;) EN:161.8kcal ZS:3.6g TZS:1.5g SZH:11.5g CK:11.5g FH:17.7g SÓ:1.1g Kuszkusz (1;) EN:539.7kcal ZS:2.9g TZS:0.6g SZH:106.6g CK:4.4g FH:19.3g SÓ:1.4g
Ebéd B	Frankfurtileves (1;7;12;) EN:255.2kcal ZS:16.7g TZS:5.9g SZH:16.3g CK:0.4g FH:8.5g SÓ:2.4g Sárgabarack töltelék gombóc (1;3;) EN:404.0kcal ZS:4.8g TZS:1.7g SZH:78.6g CK:0.3g FH:9.6g SÓ:7.9g Porcukor szórát EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g Banán EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g	Fokhagyma krémleves (1;7;) EN:127.7kcal ZS:5.6g TZS:2.0g SZH:14.9g CK:0.7g FH:3.8g SÓ:1.2g Napraforgómag EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g Sajtos rakott cukkini (7;) EN:635.7kcal ZS:41.1g TZS:13.8g SZH:35.4g CK:4.1g FH:30.0g SÓ:2.4g	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:186.6kcal ZS:4.3g TZS:2.7g SZH:32.5g CK:24.3g FH:2.8g SÓ:0.0g Tarhonyás hús (1;) EN:602.5kcal ZS:18.0g TZS:4.5g SZH:74.6g CK:4.2g FH:33.5g SÓ:2.4g 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	Kertészleves (1;) EN:156.8kcal ZS:11.4g TZS:1.3g SZH:10.8g CK:1.8g FH:2.6g SÓ:3.0g Csirke aprópecsenye EN:227.1kcal ZS:17.1g TZS:4.7g SZH:1.1g CK:0.0g FH:15.7g SÓ:0.9g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:260.6kcal ZS:14.8g TZS:4.4g SZH:23.6g CK:8.4g FH:6.2g SÓ:1.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Lencseleves (1;7;10;) EN:236.2kcal ZS:6.1g TZS:2.3g SZH:29.3g CK:2.8g FH:11.8g SÓ:1.2g Sült csirkecomb filé EN:370.3kcal ZS:26.2g TZS:4.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:31.4g SÓ:1.7g Petrezselymes burgonya (7;12;) EN:290.3kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g