

	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15	Szombat 05.16	Vasárnap 05.17
Ebéd A	Csirkebecsináltleves (1;7;) EN:257.4kcal ZS:7.7g TZS:4.1g SZH:25.9g CK:4.1g FH:19.8g SÓ:1.8g	Erőleves EN:89.5kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:9.2g CK:4.2g FH:1.8g SÓ:2.1g	Paradicsomleves (1;) EN:325.1kcal ZS:6.3g TZS:0.7g SZH:56.2g CK:18.3g FH:8.5g SÓ:1.6g	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:125.3kcal ZS:4.2g TZS:0.5g SZH:17.4g CK:5.0g FH:3.7g SÓ:1.7g	Karfiolkremleves (1;7;) EN:329.4kcal ZS:24.6g TZS:6.4g SZH:19.0g CK:3.8g FH:6.8g SÓ:1.7g	Hamis gulyásleves (1;3;9;12;) EN:177.6kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:18.7g CK:1.5g FH:3.4g SÓ:1.6g	Erdei gyümölcsleves (1;7;) EN:247.8kcal ZS:6.2g TZS:4.8g SZH:44.1g CK:36.2g FH:2.8g SÓ:1.7g
	Tejföl (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g	Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g	Pincepörkölt (sertés) (12;) EN:778.2kcal ZS:39.2g TZS:9.0g SZH:70.4g CK:0.4g FH:27.5g SÓ:1.6g	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	Pírtott tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.2g SÓ:0.4g	Bolognai spagetti sertés (1;) EN:967.5kcal ZS:32.2g TZS:10.9g SZH:124.4g CK:38.3g FH:44.2g SÓ:2.1g	Rakott brokkoli (3;7;) EN:803.0kcal ZS:37.6g TZS:12.9g SZH:83.5g CK:4.0g FH:37.4g SÓ:1.7g
	Tehéntúró (7;) EN:58.8kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:1.5g CK:1.5g FH:6.4g SÓ:0.0g	Fűszeres csirkecsíkok EN:178.8kcal ZS:7.7g TZS:1.5g SZH:4.4g CK:0.3g FH:21.4g SÓ:1.8g	Csalamádé * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g	Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g	Eszterházy pulykatokány (1;7;9;10;) EN:178.2kcal ZS:5.4g TZS:2.7g SZH:10.0g CK:2.9g FH:20.8g SÓ:1.4g	Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g	Menü süti (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g
	Fodros nagykocka (1;) EN:608.0kcal ZS:20.1g TZS:2.4g SZH:89.4g CK:5.5g FH:17.1g SÓ:1.1g	Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:426.5kcal ZS:12.5g TZS:2.5g SZH:55.8g CK:13.7g FH:17.8g SÓ:1.9g		Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g	Párolt rizs köret EN:456.6kcal ZS:5.0g TZS:0.6g SZH:93.0g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.4g	Nektarin EN:73.5kcal SZH:17.1g FH:0.6g	
	Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g		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:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Puszedli (1;3;) EN:112.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g CK:17.0g FH:1.5g SÓ:0.0g					
Napi összesítés	EN: 1295.0 kcal; ZS: 37.1 g; TZS: 12.8 g; SZH: 184.1 g; CK: 20.7 g; FH: 52.0 g; SÓ: 4.1 g;	EN: 1177.4 kcal; ZS: 27.5 g; TZS: 5.1 g; SZH: 166.8 g; CK: 35.4 g; FH: 55.7 g; SÓ: 7.8 g;	EN: 1121.3 kcal; ZS: 45.6 g; TZS: 9.8 g; SZH: 129.0 g; CK: 19.7 g; FH: 36.8 g; SÓ: 5.2 g;	EN: 783.6 kcal; ZS: 15.8 g; TZS: 4.3 g; SZH: 118.6 g; CK: 10.6 g; FH: 28.9 g; SÓ: 14.4 g;	EN: 999.4 kcal; ZS: 35.1 g; TZS: 9.7 g; SZH: 129.1 g; CK: 7.0 g; FH: 40.0 g; SÓ: 4.8 g;	EN: 1288.0 kcal; ZS: 47.0 g; TZS: 15.4 g; SZH: 160.6 g; CK: 40.2 g; FH: 53.5 g; SÓ: 3.9 g;	EN: 1242.5 kcal; ZS: 52.4 g; TZS: 23.1 g; SZH: 153.7 g; CK: 57.3 g; FH: 42.6 g; SÓ: 3.6 g;

	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15	Szombat 05.16	Vasárnap 05.17
Ebéd B	Csirkebecsináltleves (1;7;) EN:257.4kcal ZS:7.7g TZS:4.1g SZH:25.9g CK:4.1g FH:19.8g SÓ:1.8g	Erőleves EN:89.5kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:9.2g CK:4.2g FH:1.8g SÓ:2.1g	Paradicsomleves (1;) EN:325.1kcal ZS:6.3g TZS:0.7g SZH:56.2g CK:18.3g FH:8.5g SÓ:1.6g	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:125.3kcal ZS:4.2g TZS:0.5g SZH:17.4g CK:5.0g FH:3.7g SÓ:1.7g	Karfiolkremleves (1;7;) EN:329.4kcal ZS:24.6g TZS:6.4g SZH:19.0g CK:3.8g FH:6.8g SÓ:1.7g	Hamis gulyásleves (1;3;9;12;) EN:177.6kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:18.7g CK:1.5g FH:3.4g SÓ:1.6g	Erdei gyümölcsleves (1;7;) EN:247.8kcal ZS:6.2g TZS:4.8g SZH:44.1g CK:36.2g FH:2.8g SÓ:1.7g
	Tejföl (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g	Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g	Paprikás burgonya húsmentes (12;) EN:356.5kcal ZS:8.3g TZS:0.8g SZH:56.2g CK:0.0g FH:7.7g SÓ:0.7g	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	Pírtott tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.2g SÓ:0.4g	Bolognai spagetti vega (1;) EN:762.7kcal ZS:12.6g TZS:3.9g SZH:133.5g CK:41.3g FH:28.0g SÓ:2.0g	Rakott brokkoli (3;7;) EN:522.6kcal ZS:14.9g TZS:4.9g SZH:83.6g CK:4.0g FH:17.3g 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	Hajdinafasírt (1;3;6;7;10;) EN:344.0kcal ZS:5.7g TZS:0.9g SZH:57.6g CK:0.4g FH:12.8g SÓ:1.8g	Csalamádé * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g	Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g	Zöldséges paella EN:421.4kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:90.8g CK:5.0g FH:13.1g SÓ:0.9g	Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g	Menü süti (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g
	Fodros nagykocka (1;) EN:608.0kcal ZS:20.1g TZS:2.4g SZH:89.4g CK:5.5g FH:17.1g SÓ:1.1g	Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:426.5kcal ZS:12.5g TZS:2.5g SZH:55.8g CK:13.7g FH:17.8g SÓ:1.9g		Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g		Nektarin EN:73.5kcal SZH:17.1g FH:0.6g	
	Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g		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:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Puszedli (1;3;) EN:112.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g CK:17.0g FH:1.5g SÓ:0.0g					
Napi összesítés	EN: 1295.0 kcal; ZS: 37.1 g; TZS: 12.8 g; SZH: 184.1 g; CK: 20.7 g; FH: 52.0 g; SÓ: 4.1 g;	EN: 1342.6 kcal; ZS: 25.5 g; TZS: 4.6 g; SZH: 220.0 g; CK: 35.5 g; FH: 47.1 g; SÓ: 7.8 g;	EN: 699.6 kcal; ZS: 14.7 g; TZS: 1.6 g; SZH: 114.8 g; CK: 19.3 g; FH: 17.0 g; SÓ: 4.3 g;	EN: 783.6 kcal; ZS: 15.8 g; TZS: 4.3 g; SZH: 118.6 g; CK: 10.6 g; FH: 28.9 g; SÓ: 14.4 g;	EN: 785.9 kcal; ZS: 25.4 g; TZS: 6.5 g; SZH: 116.9 g; CK: 9.2 g; FH: 21.1 g; SÓ: 2.9 g;	EN: 1083.2 kcal; ZS: 27.4 g; TZS: 8.4 g; SZH: 169.8 g; CK: 43.1 g; FH: 37.2 g; SÓ: 3.8 g;	EN: 962.1 kcal; ZS: 29.7 g; TZS: 15.1 g; SZH: 153.8 g; CK: 57.3 g; FH: 22.4 g; SÓ: 3.4 g;