

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
<b>Ebéd A</b>	<b>Daragaluska leves (1;3;)</b> EN:213.0kcal ZS:14.5g TZS:0.9g SZH:16.6g CK:3.2g FH:3.0g SÓ:1.1g <b>Főtt virsli</b> EN:233.2kcal ZS:18.7g TZS:8.5g SZH:3.1g FH:13.2g SÓ:2.3g <b>Zöldborsófőzelék (1;7;)</b> EN:367.4kcal ZS:9.1g TZS:2.0g SZH:48.9g CK:18.5g FH:17.3g SÓ:1.7g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g <b>Müzli szelet (1;5;6;8;11;12;)</b> EN:82.6kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:14.6g CK:7.0g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Legényfogó leves (1;7;)</b> EN:236.1kcal ZS:16.0g TZS:6.2g SZH:8.7g CK:2.0g FH:14.0g SÓ:2.6g <b>Piskóta kocka 70 gr (1;3;)</b> EN:200.2kcal ZS:2.6g TZS:0.1g SZH:37.4g CK:16.3g FH:3.2g SÓ:0.3g <b>Csokoládé öntet (7;)</b> EN:228.7kcal ZS:4.0g TZS:2.5g SZH:38.5g CK:29.3g FH:7.4g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g	<b>Karfiol krémleves (1;7;)</b> EN:54.0kcal ZS:2.0g TZS:1.0g SZH:6.5g CK:0.3g FH:2.2g SÓ:2.5g <b>Napraforgómag</b> EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g <b>Borsos sertés tokány (1;7;)</b> EN:172.4kcal ZS:7.4g TZS:2.3g SZH:5.6g CK:0.2g FH:19.3g SÓ:2.1g <b>Rizs köret</b> EN:415.1kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:74.4g CK:0.0g FH:8.9g SÓ:0.3g	<b>Burgonyaleves (1;3;7;12;)</b> EN:199.6kcal ZS:6.9g TZS:3.0g SZH:27.5g CK:0.5g FH:4.6g SÓ:1.4g <b>Csirkepörkölt</b> EN:181.1kcal ZS:10.4g TZS:1.8g SZH:3.6g CK:0.0g FH:17.2g SÓ:1.4g <b>Lencsefőzelék (1;7;10;)</b> EN:368.8kcal ZS:12.6g TZS:3.2g SZH:41.6g CK:4.7g FH:16.5g SÓ:1.9g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g	<b>Gyümölcsle</b> EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g <b>Krémsajt-thonhalas fűszili (1;4;7;)</b> EN:584.0kcal ZS:21.9g TZS:6.9g SZH:61.1g CK:4.6g FH:35.1g SÓ:2.2g <b>Banán</b> EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g
<b>Ebéd B</b>	<b>Daragaluska leves (1;3;)</b> EN:213.0kcal ZS:14.5g TZS:0.9g SZH:16.6g CK:3.2g FH:3.0g SÓ:1.1g <b>Fokhagymás csirkeapró</b> EN:164.9kcal ZS:6.8g TZS:1.4g SZH:2.5g CK:0.0g FH:21.8g SÓ:0.7g <b>Kelkáposzta főzelék (1;7;12;)</b> EN:201.8kcal ZS:7.9g TZS:1.4g SZH:24.7g CK:0.2g FH:6.3g SÓ:1.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g <b>Müzli szelet (1;5;6;8;11;12;)</b> EN:82.6kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:14.6g CK:7.0g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Legényfogó leves (1;7;)</b> EN:236.1kcal ZS:16.0g TZS:6.2g SZH:8.7g CK:2.0g FH:14.0g SÓ:2.6g <b>Darás metélt (1;)</b> EN:409.3kcal ZS:8.9g TZS:1.2g SZH:70.0g CK:3.0g FH:11.5g SÓ:1.3g <b>Barack extradzsem</b> EN:72.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:17.4g CK:15.3g FH:0.2g SÓ:0.0g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g	<b>Karfiol krémleves (1;7;)</b> EN:54.0kcal ZS:2.0g TZS:1.0g SZH:6.5g CK:0.3g FH:2.2g SÓ:2.5g <b>Napraforgómag</b> EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g <b>Kukoricás sertésragu (1;7;)</b> EN:239.0kcal ZS:11.7g TZS:2.6g SZH:13.1g CK:4.3g FH:18.5g SÓ:1.0g <b>Párolt bulgur (1;)</b> EN:312.5kcal ZS:3.2g TZS:0.2g SZH:59.5g CK:8.5g FH:11.1g SÓ:0.9g	<b>Burgonyaleves (1;3;7;12;)</b> EN:199.6kcal ZS:6.9g TZS:3.0g SZH:27.5g CK:0.5g FH:4.6g SÓ:1.4g <b>Cukkínis szárnyas vagdalt (1;3;)</b> EN:291.5kcal ZS:9.3g TZS:1.9g SZH:29.8g CK:0.8g FH:20.7g SÓ:0.7g <b>Finomfőzelék (1;7;)</b> EN:292.2kcal ZS:11.0g TZS:1.8g SZH:39.4g CK:13.7g FH:7.8g SÓ:1.7g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g	<b>Gyümölcsle</b> EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g <b>Rakott brokkoli (7;)</b> EN:661.9kcal ZS:43.0g TZS:17.3g SZH:37.6g CK:5.6g FH:35.9g SÓ:1.9g <b>Banán</b> EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g