

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
Ebéd A		Tarhonyaleves (1;12;) EN:252.6kcal ZS:13.6g TZS:1.5g SZH:27.1g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.4g Natúr csirkemelcsíkok EN:131.0kcal ZS:5.4g TZS:1.2g SZH:0.1g CK:0.0g FH:19.1g SÓ:0.8g Paradicsomos káposzta (1;) EN:313.5kcal ZS:5.2g TZS:0.6g SZH:58.8g CK:33.0g FH:5.9g SÓ:0.6g 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	Ivólé EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g Vadas csirkeragu (1;7;9;10;) EN:240.6kcal ZS:11.1g TZS:4.3g SZH:14.6g CK:5.7g FH:19.1g SÓ:0.2g Tészta köret (1;) EN:385.8kcal ZS:8.8g TZS:1.2g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.1g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:281.6kcal ZS:7.3g TZS:0.9g SZH:42.2g CK:20.1g FH:8.9g SÓ:0.2g Magyaróvári sertésragu (1;) EN:288.2kcal ZS:20.8g TZS:6.1g SZH:6.7g CK:0.0g FH:18.5g SÓ:0.4g Párolt rizs köret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:1.1g Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	Orjaleves (1;) EN:96.7kcal ZS:3.0g TZS:0.8g SZH:11.5g CK:3.1g FH:5.4g SÓ:2.8g Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.3g Sertés vagdalt (1;3;) EN:523.6kcal ZS:35.6g TZS:7.4g SZH:32.2g CK:0.8g FH:18.4g SÓ:1.9g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:254.0kcal ZS:10.1g TZS:2.9g SZH:33.0g CK:0.7g FH:4.9g SÓ:0.7g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g
Ebéd B		Tarhonyaleves (1;12;) EN:252.6kcal ZS:13.6g TZS:1.5g SZH:27.1g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.4g Sertéshúsos rakott zöldbab (1;7;) EN:488.2kcal ZS:28.3g TZS:10.3g SZH:51.4g CK:6.5g FH:22.0g SÓ:0.6g 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	Ivólé EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g 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 Párolt rizs köret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:1.1g Tartármártás (3;7;10;) EN:234.3kcal ZS:20.5g TZS:5.8g SZH:9.7g CK:8.2g FH:1.4g SÓ:1.7g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:281.6kcal ZS:7.3g TZS:0.9g SZH:42.2g CK:20.1g FH:8.9g SÓ:0.2g Bolognai spagetti sertés (1;) EN:768.3kcal ZS:27.6g TZS:9.4g SZH:94.2g CK:36.2g FH:35.2g 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 Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	Orjaleves (1;) EN:96.7kcal ZS:3.0g TZS:0.8g SZH:11.5g CK:3.1g FH:5.4g SÓ:2.8g Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.3g Székelykáposzta (1;7;) EN:597.7kcal ZS:41.6g TZS:11.5g SZH:31.7g CK:1.2g FH:23.7g SÓ:7.4g Tejföl (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g
Napi összesítés		EN: 1622.3 kcal; ZS: 75.3 g; TZS: 23.4 g; SZH: 192.9 g; CK: 57.1 g; FH: 59.1 g; SÓ: 4.9 g;	EN: 1768.3 kcal; ZS: 67.3 g; TZS: 14.0 g; SZH: 228.6 g; CK: 53.4 g; FH: 55.6 g; SÓ: 4.8 g;	EN: 2336.6 kcal; ZS: 73.3 g; TZS: 21.3 g; SZH: 323.1 g; CK: 84.4 g; FH: 88.0 g; SÓ: 3.8 g;	EN: 1963.0 kcal; ZS: 100.0 g; TZS: 27.9 g; SZH: 188.0 g; CK: 10.9 g; FH: 71.0 g; SÓ: 17.7 g;