

	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15
Ebéd A	Egresleves * (1;7;) EN:319.5kcal ZS:5.1g TZS:3.1g SZH:65.2g CK:52.1g FH:1.9g SÓ:1.0g Sertéspörkölt Alk EN:611.9kcal ZS:50.0g TZS:18.2g SZH:3.0g CK:0.0g FH:36.5g SÓ:2.1g Sós burgonya (280g) EN:263.2kcal ZS:0.6g SZH:51.5g FH:7.0g SÓ:1.5g Savanyított ecetes almapirika (vödrös) 0,08 KG (10;12;) EN:16.0kcal ZS:0.2g SZH:2.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:1.6g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Palócleves (lapocka) Alk (1;7;) EN:475.6kcal ZS:29.1g TZS:10.2g SZH:26.7g CK:2.3g FH:21.7g SÓ:1.7g Máglyarakás (1;3;7;) EN:820.9kcal ZS:14.9g TZS:7.8g SZH:136.7g CK:102.8g FH:18.2g SÓ:0.7g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Málgombóc leves/F (cs.máj) Alk (1;3;) EN:235.5kcal ZS:7.9g TZS:2.1g SZH:20.9g CK:0.5g FH:16.0g SÓ:1.6g Szárnyas gyros tál (7;) EN:550.2kcal ZS:18.2g TZS:6.3g SZH:50.5g CK:5.1g FH:38.6g SÓ:3.4g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Korhelyleves (1;7;) EN:451.1kcal ZS:32.7g TZS:13.7g SZH:19.5g CK:8.8g FH:19.1g SÓ:6.2g Kapros túrós csusza (1;7;) EN:1031.8kcal ZS:65.5g TZS:30.5g SZH:76.9g CK:8.4g FH:31.2g SÓ:2.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Daragaluska leves/F Alk (1;3;) EN:164.0kcal ZS:7.5g TZS:2.8g SZH:17.4g CK:0.2g FH:4.9g SÓ:1.5g Háromszéki tölt. sertés borda (1;3;7;) EN:790.9kcal ZS:52.0g TZS:11.5g SZH:34.1g CK:0.4g FH:47.7g SÓ:3.1g Sült burgonya (280g)* EN:584.7kcal ZS:36.0g TZS:7.2g SZH:54.6g CK:1.1g FH:5.6g SÓ:1.8g Tartármártás (3;7;10;) EN:243.0kcal ZS:22.0g TZS:8.0g SZH:7.6g CK:6.5g FH:1.8g SÓ:1.6g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Napi összesítés	EN: 1331.1 kcal; ZS: 56.4 g; TZS: 21.3 g; SZH: 146.1 g; CK: 53.7 g; FH: 50.7 g; SÓ: 7.0 g;	EN: 1417.0 kcal; ZS: 44.5 g; TZS: 18.2 g; SZH: 187.3 g; CK: 105.9 g; FH: 44.2 g; SÓ: 3.1 g;	EN: 906.2 kcal; ZS: 26.6 g; TZS: 8.5 g; SZH: 95.4 g; CK: 6.4 g; FH: 58.9 g; SÓ: 5.7 g;	EN: 1603.4 kcal; ZS: 98.7 g; TZS: 44.4 g; SZH: 120.4 g; CK: 18.0 g; FH: 54.6 g; SÓ: 9.4 g;	EN: 1903.1 kcal; ZS: 117.9 g; TZS: 29.7 g; SZH: 137.7 g; CK: 9.0 g; FH: 64.4 g; SÓ: 8.8 g;

	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15
Ebéd B	Krumpligombóc leves/F Alk (1;3;9;) EN:279.5kcal ZS:6.0g TZS:0.9g SZH:44.0g CK:0.5g FH:7.1g SÓ:1.5g Caprese csirkemell (7;) EN:298.2kcal ZS:13.7g TZS:5.1g SZH:3.3g CK:1.9g FH:38.0g SÓ:1.9g Rizi-bizi *borsó*/Alk./ EN:362.7kcal ZS:8.7g TZS:1.0g SZH:61.1g CK:0.0g FH:9.7g SÓ:1.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Palócleves (lapocka) Alk (1;7;) EN:475.6kcal ZS:29.1g TZS:10.2g SZH:26.7g CK:2.3g FH:21.7g SÓ:1.7g Gránátos kocka (1;) EN:629.2kcal ZS:15.3g TZS:1.9g SZH:102.2g CK:3.5g FH:16.3g SÓ:1.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Húsleves (finom metélt)/F Alk (1;3;9;) EN:105.7kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:17.8g CK:0.5g FH:4.1g SÓ:1.5g Bácskai rizseshús(sertés) EN:732.9kcal ZS:39.5g TZS:11.6g SZH:60.6g CK:0.0g FH:34.4g SÓ:1.9g Őzibarack bef.felezett 0.08 KG EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Korhelyleves (1;7;) EN:451.1kcal ZS:32.7g TZS:13.7g SZH:19.5g CK:8.8g FH:19.1g SÓ:6.2g Stíriai metélt (1;3;7;) EN:942.9kcal ZS:31.6g TZS:16.5g SZH:118.4g CK:54.7g FH:40.6g SÓ:1.8g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Savanyú zöldborsóleves/F Alk (1;7;) EN:314.2kcal ZS:16.3g TZS:7.6g SZH:25.1g CK:1.4g FH:12.3g SÓ:1.6g Mézes-mustáros csirke Alk (10;) EN:457.2kcal ZS:28.5g TZS:8.7g SZH:17.1g CK:16.8g FH:31.6g SÓ:2.2g Petr. rizsköret (100g) EN:516.3kcal ZS:18.7g TZS:2.1g SZH:78.6g CK:0.0g FH:9.5g SÓ:1.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Napi összesítés	EN: 1060.9 kcal; ZS: 28.9 g; TZS: 7.2 g; SZH: 132.4 g; CK: 3.3 g; FH: 59.1 g; SÓ: 5.7 g;	EN: 1225.2 kcal; ZS: 45.0 g; TZS: 12.2 g; SZH: 152.9 g; CK: 6.6 g; FH: 42.4 g; SÓ: 3.9 g;	EN: 1002.2 kcal; ZS: 41.4 g; TZS: 12.1 g; SZH: 114.0 g; CK: 11.9 g; FH: 43.1 g; SÓ: 4.2 g;	EN: 1514.5 kcal; ZS: 64.7 g; TZS: 30.4 g; SZH: 161.9 g; CK: 64.3 g; FH: 64.0 g; SÓ: 8.8 g;	EN: 1408.2 kcal; ZS: 64.0 g; TZS: 18.5 g; SZH: 144.8 g; CK: 19.0 g; FH: 57.6 g; SÓ: 6.1 g;