

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
Ebéd	Tej 0 zöldbableves * (1;) EN:103.7kcal ZS:4.5g TZS:0.5g SZH:12.2g CK:3.4g FH:2.8g SÓ:1.5g Budapest sertésragu (bet.) EN:377.4kcal ZS:24.5g TZS:6.5g SZH:11.9g CK:0.0g FH:24.9g SÓ:1.9g Sült burgonya (280g) EN:605.9kcal ZS:28.4g TZS:3.0g SZH:69.9g FH:9.5g SÓ:1.5g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g 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	Zöldborsóleves* (csipet) (1;3;) EN:169.0kcal ZS:3.3g TZS:0.5g SZH:22.1g CK:1.5g FH:9.6g SÓ:1.6g Tej 0 rakott brokkoli* (3;) EN:433.4kcal ZS:25.2g TZS:7.4g SZH:28.5g CK:3.6g FH:28.3g SÓ:1.7g 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 Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Tej 0 gombaleves * (1;3;9;) EN:149.9kcal ZS:5.4g TZS:0.7g SZH:16.5g CK:0.4g FH:7.5g SÓ:1.4g Tej 0 rántott csirkemell (10 dkg) (1;3;) EN:614.0kcal ZS:49.3g TZS:6.0g SZH:18.9g CK:0.2g FH:22.2g SÓ:1.4g Tej 0 zöldséges köles EN:379.2kcal ZS:16.3g TZS:3.9g SZH:48.8g CK:8.8g FH:9.0g SÓ:1.6g Őszibarack 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	Daragaluska leves(diéta) * (1;3;) EN:158.1kcal ZS:5.2g TZS:1.1g SZH:21.2g CK:4.0g FH:5.6g SÓ:1.5g Grill csirke /comb egész/ Alk EN:382.5kcal ZS:27.4g TZS:8.6g SZH:0.2g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:1.8g Tej 0 paradicsommártás (1;) EN:280.5kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:51.6g CK:32.6g FH:4.7g SÓ:1.5g Sós burgonya (280g) fél adag EN:101.5kcal ZS:0.2g SZH:19.9g FH:2.7g SÓ:1.3g 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	Tej 0 erdei gyüm. leves* (1;) EN:256.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:58.3g CK:48.4g FH:1.5g SÓ:1.0g Sertéspörkölt EN:322.1kcal ZS:27.0g TZS:10.0g SZH:2.3g CK:0.0g FH:16.6g SÓ:1.9g G.G. galuska (kukoricaliszt) (3;) EN:513.4kcal ZS:12.8g TZS:1.7g SZH:86.2g CK:1.1g FH:11.4g SÓ:1.5g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g 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: 1215.4 kcal; ZS: 57.8 g; TZS: 10.1 g; SZH: 119.5 g; CK: 5.3 g; FH: 41.9 g; SÓ: 6.5 g;	EN: 757.8 kcal; ZS: 29.4 g; TZS: 8.0 g; SZH: 81.6 g; CK: 9.8 g; FH: 42.6 g; SÓ: 4.1 g;	EN: 1306.8 kcal; ZS: 71.5 g; TZS: 10.8 g; SZH: 119.9 g; CK: 20.8 g; FH: 43.4 g; SÓ: 5.2 g;	EN: 1043.1 kcal; ZS: 39.0 g; TZS: 10.4 g; SZH: 116.9 g; CK: 37.4 g; FH: 48.4 g; SÓ: 6.9 g;	EN: 1220.1 kcal; ZS: 40.7 g; TZS: 11.9 g; SZH: 172.2 g; CK: 51.5 g; FH: 34.1 g; SÓ: 6.0 g;