

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29	Szombat 05.30	Vasárnap 05.31
Ebéd A		Magyaros zöldbableves (1;9;) EN:128.2kcal ZS:4.2g TZS:0.5g SZH:17.2g CK:3.2g FH:3.9g SÓ:1.4g	Erőleves EN:53.4kcal ZS:1.2g TZS:0.3g SZH:7.8g CK:3.2g FH:2.5g SÓ:0.2g	Paradicsomleves (1;9;) EN:236.5kcal ZS:5.6g TZS:0.6g SZH:42.1g CK:24.9g FH:3.3g SÓ:0.7g	Korpagaluskaleves (1;3;9;) EN:119.3kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.2g CK:3.2g FH:4.1g SÓ:2.0g	Karalábéleves (1;9;) EN:174.7kcal ZS:6.7g TZS:0.8g SZH:23.8g CK:2.3g FH:3.9g SÓ:2.5g	Tojásleves (1;3;) EN:153.3kcal ZS:12.0g TZS:1.7g SZH:7.7g CK:0.0g FH:3.2g SÓ:1.3g
		Bolognai halragu (4;) EN:169.2kcal ZS:10.5g TZS:2.3g SZH:8.6g CK:2.0g FH:9.7g SÓ:3.0g	Cérmametél (1;) EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:1.0g	Tavaszi rizseshús (12;) EN:618.0kcal ZS:18.7g TZS:3.3g SZH:81.2g CK:0.9g FH:30.5g SÓ:2.9g	Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g	Rántott csirkemáj (1;3;) EN:547.9kcal ZS:33.2g TZS:5.3g SZH:31.8g CK:0.3g FH:28.2g SÓ:2.3g	Töltött káposzta (1;) EN:382.5kcal ZS:19.4g TZS:3.5g SZH:21.9g CK:0.1g FH:27.8g SÓ:6.1g
		Tésztaköret (1;) EN:504.1kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:86.4g CK:4.2g FH:14.6g SÓ:1.6g	Vagdalt (1;3;) EN:469.9kcal ZS:38.9g TZS:6.9g SZH:16.7g CK:0.0g FH:12.6g SÓ:1.5g	Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Sóskamártás (1;7;) EN:123.8kcal ZS:6.4g TZS:3.0g SZH:11.0g CK:3.2g FH:3.9g SÓ:0.1g	Párolt bulgur (1;) EN:506.1kcal ZS:11.3g TZS:1.0g SZH:84.8g CK:12.0g FH:15.7g SÓ:1.3g	Tejfölmártás (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g
		Reszelt sajt (7;) EN:59.4kcal ZS:4.3g TZS:2.8g SZH:0.3g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:0.4g	Kelkáposztafőzelék (1;12;) EN:259.1kcal ZS:9.7g TZS:1.0g SZH:32.3g CK:0.0g FH:8.1g SÓ:0.9g	Főtt burgonya (12;) EN:161.7kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:27.6g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:2.0g	Sóskamártás (1;7;) EN:123.8kcal ZS:6.4g TZS:3.0g SZH:11.0g CK:3.2g FH:3.9g SÓ:0.1g	Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g
		Alma EN:87.5kcal ZS:1.0g TZS:0.0g SZH:17.5g CK:10.0g FH:1.0g SÓ:0.0g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g				
Ebéd B		Lebbenscleves (1;9;12;) EN:198.1kcal ZS:4.6g TZS:0.7g SZH:31.5g CK:4.2g FH:5.2g SÓ:1.5g	Daragaluskaleves (1;3;9;) EN:154.1kcal ZS:4.2g TZS:0.7g SZH:23.7g CK:3.7g FH:4.6g SÓ:2.0g	Pírtott tésztaleves (1;9;12;) EN:196.0kcal ZS:10.4g TZS:1.2g SZH:20.6g CK:0.9g FH:3.5g SÓ:1.4g	Karfiolleves (1;9;) EN:172.3kcal ZS:9.9g TZS:1.2g SZH:14.8g CK:2.2g FH:4.7g SÓ:1.1g	Brokkolileves (1;9;) EN:179.9kcal ZS:7.0g TZS:0.8g SZH:26.1g CK:1.6g FH:5.1g SÓ:2.5g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:275.1kcal ZS:5.2g TZS:4.2g SZH:51.9g CK:42.3g FH:2.9g SÓ:0.7g
		Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g	Vadas csirkeragu (1;7;9;10;) EN:264.1kcal ZS:12.8g TZS:3.8g SZH:17.4g CK:6.4g FH:18.1g SÓ:0.2g	Húsgombóc (3;) EN:279.1kcal ZS:16.4g TZS:5.7g SZH:16.2g CK:0.2g FH:16.7g SÓ:1.5g	Rántott halrúd (1;4;) EN:426.9kcal ZS:30.3g TZS:3.1g SZH:23.5g CK:0.7g FH:13.6g SÓ:0.7g	Rakott burgonya (3;7;12;) EN:583.5kcal ZS:29.1g TZS:9.8g SZH:56.5g CK:0.2g FH:15.6g SÓ:1.6g	Rántott sajt (1;3;7;) EN:641.9kcal ZS:47.5g TZS:15.9g SZH:31.5g CK:2.1g FH:21.0g SÓ:1.8g
		Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:288.6kcal ZS:4.6g TZS:1.1g SZH:41.0g CK:9.0g FH:15.8g SÓ:1.2g	Tésztaköret (1;) EN:504.1kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:86.4g CK:4.2g FH:14.6g SÓ:1.6g	Paradicsommártás (1;9;) EN:189.7kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:41.8g CK:25.1g FH:3.1g SÓ:1.4g	Párolt rizs EN:249.7kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:46.6g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.5g	Savanyúság * (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Franciasaláta * (3;7;10;12;) EN:281.4kcal ZS:13.2g TZS:3.6g SZH:32.5g CK:13.6g FH:5.2g SÓ:4.0g
		Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Mandarin EN:67.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:14.7g CK:0.0g FH:1.1g SÓ:0.0g	Főtt burgonya (12;) EN:161.7kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:27.6g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:2.0g	Párolt zöldség 1/2 EN:8.4kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:0.2g CK:0.1g FH:0.0g SÓ:1.4g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	