

	Hétfő 04.27	Kedd 04.28	Szerda 04.29	Csütörtök 04.30	Péntek 05.01	Szombat 05.02	Vasárnap 05.03
Ebéd	Májgaluska leves (1;3;9;) EN:162.0kcal ZS:2.9g TZS:0.9g SZH:21.4g CK:4.4g FH:11.4g SÓ:0.4g CA:0.0mg Gránátos kocka (1;12;) EN:516.2kcal ZS:8.0g TZS:1.1g SZH:91.6g CK:2.5g FH:14.2g SÓ:1.4g CA:0.0mg Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g CA:0.0mg félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Húsleves levestésztával (1;9;) EN:119.8kcal ZS:1.7g TZS:0.5g SZH:16.3g CK:3.2g FH:8.5g SÓ:1.0g CA:0.0mg Zöldfűszeres csirke ragu EN:147.0kcal ZS:3.6g TZS:1.0g SZH:4.7g CK:0.0g FH:22.1g SÓ:2.0g CA:0.0mg Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:384.1kcal ZS:12.6g TZS:2.8g SZH:48.9g CK:17.1g FH:16.8g SÓ:1.8g CA:231.0mg félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Meggyleves (1;7;) EN:267.2kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:51.2g CK:41.4g FH:3.4g SÓ:0.7g CA:44.0mg Panírozott csirkemell (1;6;) EN:398.6kcal ZS:26.8g TZS:3.1g SZH:19.2g CK:1.2g FH:19.2g SÓ:1.9g CA:0.0mg Párolt rizs EN:431.8kcal ZS:2.2g TZS:0.3g SZH:93.0g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.0g CA:0.0mg Uborkasaláta EN:34.7kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:5.5g FH:1.0g SÓ:1.3g CA:0.0mg	Karfiolleves (1;) EN:146.2kcal ZS:9.5g TZS:1.0g SZH:11.7g CK:0.4g FH:3.3g SÓ:0.0g CA:0.0mg Húsgombóc (sertés) (3;) EN:417.3kcal ZS:23.4g TZS:6.8g SZH:31.9g CK:0.0g FH:20.2g SÓ:1.5g CA:0.0mg Paradicsom mártás (1;9;) EN:198.6kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:41.9g CK:24.0g FH:4.1g SÓ:0.1g CA:0.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:232.7kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:45.5g CK:0.0g FH:6.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg Banán EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Tojásleves (1;3;) EN:75.0kcal ZS:5.4g TZS:1.5g SZH:3.9g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:1.4g CA:0.0mg Eszterházy pulykaragu (1;7;9;10;) EN:290.8kcal ZS:13.3g TZS:4.3g SZH:22.6g CK:12.0g FH:19.1g SÓ:1.4g CA:24.0mg Bulgur köret (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Zöldséges lencseleves (1;9;10;) EN:247.2kcal ZS:4.9g TZS:0.5g SZH:34.2g CK:4.8g FH:12.2g SÓ:1.4g CA:0.0mg Piritott csirkemáj (1;) EN:137.4kcal ZS:5.3g TZS:1.6g SZH:5.2g CK:0.0g FH:15.9g SÓ:0.9g CA:0.0mg Rizi-bizi EN:454.2kcal ZS:8.1g TZS:1.0g SZH:81.7g CK:0.0g FH:13.1g SÓ:1.7g CA:0.0mg Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g CA:0.0mg félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Csontleves tésztával (1;9;) EN:110.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:4.2g FH:4.5g SÓ:3.1g CA:0.0mg Rozmaringos csirkemell szelet (1;) EN:184.9kcal ZS:9.0g TZS:1.6g SZH:2.9g CK:0.0g FH:21.6g SÓ:0.4g CA:0.0mg Tepsis burgonya (12;) EN:280.6kcal ZS:5.6g TZS:0.5g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.2g CA:0.0mg félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g CA:0.0mg
Napi összesítés	EN: 816.5 kcal; ZS: 11.6 g; TZS: 2.1 g; SZH: 141.6 g; CK: 11.1 g; FH: 30.7 g; SÓ: 3.1 g; CA: 0.0 mg;	EN: 757.2 kcal; ZS: 18.4 g; TZS: 4.4 g; SZH: 90.6 g; CK: 20.7 g; FH: 51.3 g; SÓ: 5.3 g; CA: 231.0 mg;	EN: 1132.3 kcal; ZS: 33.7 g; TZS: 6.3 g; SZH: 170.6 g; CK: 48.1 g; FH: 34.8 g; SÓ: 4.9 g; CA: 44.0 mg;	EN: 1152.2 kcal; ZS: 34.0 g; TZS: 7.9 g; SZH: 167.3 g; CK: 46.9 g; FH: 35.7 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg;	EN: 818.0 kcal; ZS: 23.1 g; TZS: 6.0 g; SZH: 113.1 g; CK: 24.4 g; FH: 37.6 g; SÓ: 2.8 g; CA: 24.0 mg;	EN: 977.1 kcal; ZS: 19.0 g; TZS: 3.1 g; SZH: 149.7 g; CK: 9.1 g; FH: 46.3 g; SÓ: 5.3 g; CA: 0.0 mg;	EN: 682.3 kcal; ZS: 15.6 g; TZS: 2.3 g; SZH: 90.4 g; CK: 4.6 g; FH: 36.1 g; SÓ: 4.3 g; CA: 0.0 mg;