

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
Ebéd	Reszelt zöldségleves (1;9;12;) EN:104.6kcal ZS:3.3g TZS:0.4g SZH:15.9g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:0.1g Sertéspörkölt (1;) EN:323.3kcal ZS:25.3g TZS:6.6g SZH:8.0g CK:0.1g FH:15.5g SÓ:1.7g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:271.9kcal ZS:5.4g TZS:1.8g SZH:44.8g CK:0.6g FH:6.6g SÓ:2.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g Alma EN:59.5kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:11.9g CK:6.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:99.6kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:8.9g CK:0.6g FH:4.0g SÓ:3.0g Napraforgómag EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g Bácskai bulgur (1;) EN:511.2kcal ZS:18.3g TZS:3.3g SZH:57.6g CK:8.2g FH:27.1g SÓ:1.4g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g	Babgulyás (1;3;9;) EN:216.3kcal ZS:12.0g TZS:1.9g SZH:12.9g CK:1.3g FH:12.7g SÓ:1.5g Tejben dara (1;7;) EN:292.1kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:56.7g CK:39.2g FH:8.3g SÓ:0.6g Kakaó szórat EN:163.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:37.4g CK:37.0g FH:0.7g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Zeller leves (1;3;9;) EN:67.4kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:7.8g CK:1.3g FH:2.1g SÓ:1.4g Zabpelyhes halpogácsa (1;3;4;6;7;10;) EN:226.0kcal ZS:13.8g TZS:1.7g SZH:12.1g CK:0.2g FH:12.9g SÓ:1.0g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:366.1kcal ZS:9.1g TZS:2.0g SZH:48.9g CK:18.5g FH:17.3g SÓ:1.7g Félbarna kenyér (1;) EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g	Gyümölcslé EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g Carbonara penne (1;7;) EN:521.9kcal ZS:21.1g TZS:6.8g SZH:59.1g CK:4.2g FH:23.9g SÓ:3.6g Lekváros fánk (1;3;7;) EN:245.5kcal ZS:12.0g TZS:3.7g SZH:28.7g CK:10.3g FH:4.7g SÓ:0.5g