

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
Ebéd	Reszelt zöldségleves (1;9;12;) EN:120.7kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:18.0g CK:0.0g FH:2.9g SÓ:0.1g Sertéspörkölt (1;) EN:206.4kcal ZS:11.1g TZS:2.3g SZH:6.7g CK:0.1g FH:18.4g 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:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g 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:608.8kcal ZS:19.8g TZS:3.7g SZH:71.6g CK:10.2g FH:33.8g 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:245.9kcal ZS:13.5g TZS:2.2g SZH:14.2g CK:1.5g FH:15.2g SÓ:1.8g Tejben dara (1;7;) EN:338.8kcal ZS:4.2g TZS:2.5g SZH:63.9g CK:43.5g FH:10.4g SÓ:0.7g 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:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Zeller leves (1;3;9;) EN:74.7kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:9.1g CK:1.4g FH:2.4g SÓ:1.5g Zabpelyhes halpogácsa (1;3;4;6;7;10;) EN:273.7kcal ZS:12.6g TZS:1.7g SZH:19.0g CK:0.4g FH:20.3g SÓ:2.6g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:424.9kcal ZS:9.8g TZS:2.3g SZH:57.5g CK:20.9g FH:20.9g SÓ:1.8g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Gyümölcslé EN:138.0kcal ZS:0.9g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:26.7g FH:1.2g SÓ:0.0g Carbonara penne (1;7;) EN:646.7kcal ZS:28.2g TZS:8.7g SZH:70.4g CK:5.1g FH:27.7g SÓ:4.1g Banán EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;) EN:86.4kcal ZS:4.5g TZS:2.3g SZH:7.1g CK:3.5g FH:4.0g SÓ:1.4g Hentes sertés tokány * (1;6;10;12;) EN:246.9kcal ZS:12.9g TZS:5.0g SZH:7.2g CK:0.7g FH:24.1g SÓ:1.6g Rizs köret EN:415.1kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:74.4g CK:0.0g FH:8.9g SÓ:0.3g	Erőleves (9;) EN:84.6kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:9.9g CK:4.9g FH:5.0g SÓ:2.5g Levesbetét tészta (1;) EN:153.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g BBQ oldalas EN:625.4kcal ZS:54.3g TZS:17.8g SZH:1.5g CK:1.0g FH:32.6g SÓ:0.4g Petrezselymes burgonya (12;) EN:288.1kcal ZS:2.1g TZS:0.7g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Tzatziki (7;) EN:40.5kcal ZS:1.8g TZS:1.2g SZH:3.3g CK:1.7g FH:2.5g SÓ:0.4g
Vacsora	Túrós Palacsinta (1;3;7;) EN:8.4kcal ZS:0.4g TZS:0.3g SZH:0.5g CK:0.5g FH:0.7g SÓ:0.0g Vanília öntet (1;7;) EN:95.3kcal ZS:2.3g TZS:1.4g SZH:13.2g CK:7.9g FH:5.0g SÓ:0.2g	Paradicsomos gnocchi (1;12;) EN:640.4kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:123.1g CK:4.8g FH:14.5g SÓ:2.8g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g	Rakott burgonya kolbásszal (3;7;12;) EN:712.2kcal ZS:41.6g TZS:16.8g SZH:56.1g CK:1.6g FH:20.7g SÓ:3.3g	Panírozott csirkemell (1;) EN:219.9kcal ZS:9.7g TZS:1.1g SZH:20.0g CK:0.8g FH:13.0g SÓ:1.6g Bulgur köret (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:1.1g Majonéz (3;10;) EN:205.0kcal ZS:19.4g TZS:2.3g SZH:5.3g CK:3.5g FH:0.5g SÓ:0.8g	Csirkés tészta saláta (1;3;7;10;) EN:626.7kcal ZS:14.5g TZS:4.9g SZH:91.3g CK:6.2g FH:31.7g SÓ:1.8g	Sertéshúsos lasagne (1;7;9;) EN:604.3kcal ZS:21.7g TZS:7.7g SZH:66.5g CK:8.2g FH:32.7g SÓ:1.5g	Pincepörkölt (12;) EN:534.6kcal ZS:14.4g TZS:3.4g SZH:66.4g CK:0.0g FH:25.5g SÓ:1.8g Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g