

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19	Szombat 06.20	Vasárnap 06.21
Ebéd	Húsos zöldborsóleves (1;3;) EN:406.2kcal ZS:24.2g TZS:6.6g SZH:23.3g CK:0.8g FH:21.7g SÓ:1.9g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:155.2kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:23.7g CK:1.6g FH:7.7g SÓ:2.4g	Daragaluska leves (1;3;) EN:163.0kcal ZS:8.0g TZS:1.0g SZH:18.8g CK:3.2g FH:3.4g SÓ:1.6g	Zöldséges tarhonyaleves (1;12;) EN:122.1kcal ZS:5.5g TZS:1.5g SZH:14.6g CK:2.2g FH:2.0g SÓ:0.8g	Gyümölcsle EN:138.0kcal ZS:0.9g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:26.7g FH:1.2g SÓ:0.0g	Sertésraguleves (1;7;9;) EN:213.8kcal ZS:13.5g TZS:5.7g SZH:10.5g CK:0.7g FH:11.7g SÓ:2.6g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:108.8kcal ZS:6.8g TZS:1.7g SZH:8.4g CK:1.5g FH:2.2g SÓ:1.3g
	Gyümölcsös tejberizs (7;) EN:613.0kcal ZS:19.4g TZS:10.1g SZH:95.2g CK:38.6g FH:15.3g SÓ:1.1g	Pirított tökmag EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g	Fűszeres sertésfalatok EN:150.5kcal ZS:5.4g TZS:1.9g SZH:3.0g CK:0.0g FH:21.0g SÓ:1.8g	Főtt virsli EN:233.2kcal ZS:18.7g TZS:8.5g SZH:3.1g FH:13.2g SÓ:2.3g	Bolognai spagetti sertés (1;) EN:446.5kcal ZS:12.4g TZS:2.5g SZH:56.8g CK:6.9g FH:25.9g SÓ:1.5g	Morzás nudli (1;3;) EN:561.1kcal ZS:5.9g TZS:0.5g SZH:81.5g CK:0.9g FH:13.7g SÓ:2.2g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g
	Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1;) EN:262.0kcal ZS:2.8g TZS:1.0g SZH:51.0g CK:1.7g FH:8.3g SÓ:1.4g	Zöldséges bulgur sertéshússal (1;) EN:647.6kcal ZS:25.2g TZS:6.9g SZH:73.0g CK:13.2g FH:31.1g SÓ:1.8g	Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12;) EN:294.2kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:49.7g CK:8.8g FH:6.5g SÓ:3.5g	Petrezselymes zöldborsófőzelék (1;7;) EN:336.6kcal ZS:9.1g TZS:2.0g SZH:42.9g CK:12.5g FH:16.3g SÓ:1.7g	Reszelt sajt (7;) EN:138.8kcal ZS:10.8g TZS:6.8g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.5g	Porcukor szórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Töltött dagadó (1;3;) EN:304.6kcal ZS:18.1g TZS:5.8g SZH:8.0g CK:0.1g FH:26.0g SÓ:0.9g
		Alma EN:59.5kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:11.9g CK:6.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	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	Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Banán EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g	Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Burgonyapüré (7;12;) EN:265.6kcal ZS:5.6g TZS:2.6g SZH:41.5g CK:4.6g FH:8.0g SÓ:1.6g
Vacsora	Sonkás kocka (1;3;7;) EN:460.9kcal ZS:6.9g TZS:3.2g SZH:75.0g CK:4.5g FH:24.2g SÓ:2.2g	Cukkínis szárnyas vagdalt (1;3;) EN:356.8kcal ZS:11.4g TZS:2.3g SZH:36.5g CK:1.0g FH:25.3g SÓ:0.9g	Csirkemell roston sütve EN:147.8kcal ZS:6.3g TZS:1.3g SZH:0.1g CK:0.1g FH:21.2g SÓ:0.7g	Panírozott csirkemell cornflakes bundában (1;) EN:232.0kcal ZS:10.1g TZS:1.4g SZH:22.2g CK:0.9g FH:12.6g SÓ:1.4g	Túrógombóc (1;3;7;12;) EN:685.6kcal ZS:19.5g TZS:8.0g SZH:92.5g CK:22.9g FH:31.9g SÓ:1.6g	Krémsajtos-tonhalas fussili (1;4;7;) EN:647.2kcal ZS:26.1g TZS:8.2g SZH:61.2g CK:4.7g FH:41.5g SÓ:2.5g	Mustáros sertésszelet (10;) EN:261.8kcal ZS:14.9g TZS:4.8g SZH:0.7g CK:0.1g FH:29.5g SÓ:1.3g
		Rizs köret EN:415.1kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:74.4g CK:0.0g FH:8.9g SÓ:0.3g	Szilvák krokett (1;) EN:106.1kcal ZS:4.2g TZS:0.5g SZH:14.0g CK:0.9g FH:2.7g SÓ:0.2g	Burgonyapüré (7;12;) EN:265.6kcal ZS:5.6g TZS:2.6g SZH:41.5g CK:4.6g FH:8.0g SÓ:1.6g	Tejföl (7;) EN:55.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:1.3g CK:1.3g FH:1.2g SÓ:0.0g	Bulgur köret 1/2 (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:1.1g	Francia lecsó EN:135.5kcal ZS:9.5g TZS:1.0g SZH:9.5g CK:0.0g FH:2.1g SÓ:1.0g
		Barack befőtt EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g SÓ:0.0g					