

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
Ebéd A	Húsos zöldborsóleves (1;3;) EN:243.8kcal ZS:13.9g TZS:3.5g SZH:16.0g CK:0.4g FH:12.1g SÓ:1.5g Gyümölcsös tejberizs (7;) EN:593.6kcal ZS:19.4g TZS:10.1g SZH:90.8g CK:38.3g FH:14.8g SÓ:1.0g Teljeskiórlésű rozsos kenyér (1;) EN:78.6kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:15.3g CK:0.5g FH:2.5g SÓ:0.4g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:132.3kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:19.7g CK:1.3g FH:6.4g SÓ:1.9g Pírtott tökmag EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g Zöldséges bulgur sertéshússal (1;) EN:523.8kcal ZS:10.7g TZS:2.0g SZH:75.9g CK:10.9g FH:33.4g SÓ:1.5g	Daragaluska leves (1;3;) EN:213.0kcal ZS:14.5g TZS:0.9g SZH:16.6g CK:3.2g FH:3.0g SÓ:1.1g Fűszeres sertésfalatok EN:134.3kcal ZS:4.9g TZS:1.7g SZH:2.4g CK:0.0g FH:18.8g SÓ:1.5g 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 Teljes kiórlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Zöldséges tarhonyaleves (1;12;) EN:100.4kcal ZS:4.5g TZS:1.2g SZH:12.0g CK:1.8g FH:2.2g SÓ:0.6g Főtt virsli EN:233.2kcal ZS:18.7g TZS:8.5g SZH:3.1g FH:13.2g SÓ:2.3g Petrezselymes zöldborsófőzelék (1;7;) EN:327.9kcal ZS:10.0g TZS:2.1g SZH:39.1g CK:10.8g FH:16.0g 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 Bolognai spagetti sertés (1;) EN:480.3kcal ZS:14.8g TZS:2.7g SZH:59.0g CK:8.0g FH:26.4g SÓ:1.5g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g Banán EN:126.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.0g CK:18.0g FH:1.6g SÓ:0.0g
Ebéd B	Húsos zöldborsóleves (1;3;) EN:243.8kcal ZS:13.9g TZS:3.5g SZH:16.0g CK:0.4g FH:12.1g SÓ:1.5g Gofri (1;3;5;7;8;) EN:330.6kcal ZS:21.5g TZS:5.3g SZH:30.0g CK:15.6g FH:5.0g SÓ:0.4g Erdei gyümölcs öntet (7;) EN:168.8kcal ZS:2.1g TZS:1.2g SZH:31.5g CK:28.2g FH:4.4g SÓ:0.1g Teljeskiórlésű rozsos kenyér (1;) EN:78.6kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:15.3g CK:0.5g FH:2.5g SÓ:0.4g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:132.3kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:19.7g CK:1.3g FH:6.4g SÓ:1.9g Pírtott tökmag EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g Mexikói rizses egytál EN:562.9kcal ZS:9.0g TZS:2.1g SZH:92.2g CK:0.0g FH:28.6g SÓ:0.2g	Daragaluska leves (1;3;) EN:213.0kcal ZS:14.5g TZS:0.9g SZH:16.6g CK:3.2g FH:3.0g SÓ:1.1g Cukkínis szárnyas vagdalt (1;3;) EN:291.5kcal ZS:9.3g TZS:1.9g SZH:29.8g CK:0.8g FH:20.7g SÓ:0.7g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:260.1kcal ZS:14.8g TZS:4.4g SZH:23.6g CK:8.4g FH:6.2g SÓ:1.0g Teljes kiórlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Zöldséges tarhonyaleves (1;12;) EN:100.4kcal ZS:4.5g TZS:1.2g SZH:12.0g CK:1.8g FH:2.2g SÓ:0.6g Rakott karfiol (7;) EN:613.3kcal ZS:37.8g TZS:14.5g SZH:35.4g CK:2.2g FH:33.0g SÓ:0.7g	Gyümölcslé EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g Krémsajtos-tonhalas fűszertöltés (1;4;7;) EN:584.0kcal ZS:21.9g TZS:6.9g SZH:61.1g CK:4.6g FH:35.1g SÓ:2.2g Banán EN:126.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.0g CK:18.0g FH:1.6g SÓ:0.0g