

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Ebéd	Csirkeragu leves (1;7;) EN:225.5kcal ZS:11.6g TZS:4.0g SZH:12.9g CK:4.0g FH:16.1g SÓ:1.1g Főtt tészta (1;) EN:393.6kcal ZS:9.7g TZS:1.3g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g Tejföl (7;) EN:103.0kcal ZS:10.0g TZS:6.6g SZH:1.2g CK:1.2g FH:1.4g SÓ:0.0g Reszelt sajt (1;7;) EN:148.3kcal ZS:10.4g TZS:6.5g SZH:2.9g CK:0.1g FH:10.6g SÓ:0.6g banán EN:105.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:24.2g CK:15.0g FH:1.3g SÓ:0.0g	Tavaszi zöldségleves (1;9;) EN:86.9kcal ZS:3.7g TZS:0.4g SZH:9.9g CK:1.7g FH:2.4g SÓ:1.5g Zöldfűszeres csirke ragu EN:179.6kcal ZS:8.2g TZS:1.5g SZH:3.0g CK:0.0g FH:21.8g SÓ:1.3g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:411.4kcal ZS:12.4g TZS:2.7g SZH:60.3g CK:0.7g FH:8.8g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g	Karalábé krémleves (1;7;) EN:126.4kcal ZS:7.0g TZS:3.2g SZH:13.1g CK:1.2g FH:3.6g SÓ:1.5g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Majorannás csirkemáj EN:367.6kcal ZS:20.7g TZS:5.5g SZH:3.3g CK:0.0g FH:39.2g SÓ:2.2g Rizs köret EN:357.7kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:71.8g CK:0.0g FH:8.6g SÓ:0.0g Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Erőleves (9;) EN:78.1kcal ZS:2.2g TZS:0.6g SZH:8.5g CK:3.4g FH:5.0g SÓ:0.3g Mézes-mustáros csirketokány (1;10;) EN:118.5kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:6.5g CK:4.6g FH:17.3g SÓ:1.1g Bulgur köret (1;) EN:368.6kcal ZS:3.8g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.0g Piskóta szelet krémmel (1;3;7;) EN:94.3kcal ZS:3.3g TZS:1.4g SZH:15.0g CK:9.3g FH:1.1g SÓ:0.2g Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.0g	Babgulyás leves sertés (9;) EN:312.4kcal ZS:12.9g TZS:2.2g SZH:23.4g CK:1.2g FH:21.3g SÓ:1.6g Sajtos pogácsa (1;3;7;) EN:282.0kcal ZS:13.7g TZS:7.3g SZH:30.1g CK:1.9g FH:9.0g SÓ:0.3g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g