

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Tízórai	Citromos tea EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:6.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Magyaros vajkrém (7;) EN:104.4kcal ZS:10.5g TZS:6.8g SZH:1.8g CK:0.7g FH:0.7g SÓ:0.3g CA:15.0mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Vaníliás tej (7;) EN:111.4kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:14.5g CK:12.9g FH:6.0g SÓ:0.2g CA:240.0mg Brió (1;3;6;7;) EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g CA:0.0mg	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg Zala felvágott EN:48.0kcal ZS:4.0g TZS:1.6g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.6g SÓ:0.4g CA:0.0mg margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg Barack lekvár EN:36.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.7g CK:7.7g FH:0.1g SÓ:0.0g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Barackos tea EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:6.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Reszelt sajt (1;7;) EN:53.9kcal ZS:3.9g TZS:2.4g SZH:0.7g CK:0.0g FH:3.9g SÓ:0.2g CA:120.0mg margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg
Ebéd	Csokonai sertésragu leves (1;7;9;10;12;) EN:90.1kcal ZS:4.4g TZS:1.5g SZH:5.1g CK:0.8g FH:7.1g SÓ:0.2g CA:7.2mg Ízes derelye (1;3;) EN:499.1kcal ZS:5.3g TZS:0.9g SZH:98.1g CK:15.7g FH:12.3g SÓ:1.5g CA:0.0mg Fahéj szórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg alma EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Tavaszi zöldségleves (1;9;) EN:55.1kcal ZS:2.2g TZS:0.3g SZH:6.6g CK:1.0g FH:1.5g SÓ:0.9g CA:0.0mg Fűszeres csirkemell csíkok (1;) EN:127.4kcal ZS:6.2g TZS:1.1g SZH:3.7g CK:0.0g FH:13.2g SÓ:2.0g CA:0.0mg Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:291.6kcal ZS:8.8g TZS:1.9g SZH:42.7g CK:0.5g FH:6.2g SÓ:0.0g CA:18.0mg teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	Barackos gyümölcsleves (7;) EN:138.9kcal ZS:2.0g TZS:1.0g SZH:27.9g CK:9.4g FH:2.1g SÓ:0.1g CA:46.5mg Majorannás csirkemáj EN:137.7kcal ZS:5.8g TZS:1.6g SZH:4.9g CK:0.0g FH:16.4g SÓ:1.6g CA:0.0mg Rizs köret EN:255.7kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:51.7g CK:0.0g FH:6.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg Cékla saláta * (10;) EN:20.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:2.4g FH:0.9g SÓ:0.5g CA:0.0mg	Csontleves tésztával (1;9;) EN:72.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:14.2g CK:2.3g FH:2.7g SÓ:1.9g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:56.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.2g CA:0.0mg Parajfőzelék (1;7;) EN:69.8kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:8.8g CK:1.4g FH:3.8g SÓ:0.7g CA:36.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:141.0kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:27.6g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:0.0g CA:0.0mg Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g CA:10.8mg	Magyaros zöldbableves (1;3;) EN:81.1kcal ZS:4.6g TZS:0.6g SZH:8.6g CK:1.1g FH:1.9g SÓ:0.9g CA:0.0mg Vadas sertés ragu (1;7;9;10;) EN:153.2kcal ZS:7.7g TZS:2.6g SZH:9.6g CK:3.6g FH:10.5g SÓ:0.1g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:222.1kcal ZS:5.8g TZS:0.8g SZH:36.0g CK:1.8g FH:6.1g SÓ:0.0g CA:0.0mg
Uzsonna	Csirkemell sonka EN:18.0kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:1.0g CK:0.1g FH:3.2g SÓ:0.5g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg vizes zsemle (1;) EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Kenőmáj (sertés) EN:43.8kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.4g vizes zsemle (1;) EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Házi bakkrém (7;) EN:61.3kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:5.3g CK:0.2g FH:2.7g SÓ:0.4g CA:5.0mg fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g CA:0.0mg Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Natúr sajtkrém (7;) EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g CA:155.1mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg Lilahagyma EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Pizzás csiga (1;6;7;) EN:196.1kcal ZS:9.0g TZS:0.7g SZH:24.3g CK:1.8g FH:3.6g SÓ:0.2g CA:0.0mg Körte EN:67.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:15.6g CK:2.0g FH:0.5g SÓ:0.0g