

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19	Szombat 06.20	Vasárnap 06.21
<b>Ebéd</b>	<b>Sertés gulyásleves (1;9;12;)</b> EN:289.9kcal ZS:12.6g TZS:2.4g SZH:22.2g CK:2.4g FH:18.0g SÓ:1.8g	<b>Magyaros reszelttészta leves (1;9;12;)</b> EN:103.3kcal ZS:2.8g TZS:0.4g SZH:15.9g CK:0.5g FH:3.4g SÓ:1.4g	<b>Brokkoli krémleves (1;7;)</b> EN:182.2kcal ZS:6.1g TZS:4.3g SZH:24.0g CK:1.6g FH:7.4g SÓ:1.7g	<b>Daragaluska leves (1;3;9;)</b> EN:172.8kcal ZS:5.3g TZS:1.1g SZH:21.7g CK:1.2g FH:8.8g SÓ:0.0g	<b>Őszibarackleves (1;7;)</b> EN:269.4kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:54.5g CK:43.3g FH:2.9g SÓ:0.7g	<b>HagymakréMLEVES (1;7;)</b> EN:135.8kcal ZS:5.8g TZS:2.1g SZH:17.3g CK:0.6g FH:2.9g SÓ:0.8g	<b>Húsgaluska leves (1;3;9;)</b> EN:191.9kcal ZS:9.7g TZS:2.5g SZH:17.2g CK:1.8g FH:8.2g SÓ:1.6g
	<b>Piskóta kocka (1;3;)</b> EN:286.6kcal ZS:3.8g TZS:0.1g SZH:53.4g CK:23.3g FH:4.5g SÓ:0.4g	<b>Húsgombóc (sertés)</b> EN:258.6kcal ZS:13.9g TZS:4.4g SZH:20.3g CK:0.0g FH:13.3g SÓ:1.5g	<b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b> EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g	<b>Főtt virsli</b> EN:230.4kcal ZS:18.0g TZS:2.6g SZH:3.6g CK:0.4g FH:13.2g SÓ:2.5g	<b>Budapest csirkeragu</b> EN:324.5kcal ZS:21.1g TZS:6.4g SZH:6.7g CK:0.2g FH:24.9g SÓ:1.8g	<b>Pirított kenyéRKOCKA (1;)</b> EN:39.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:7.7g CK:0.1g FH:1.5g SÓ:0.3g	<b>Mézes-mustáros sertés szelet (10;)</b> EN:214.1kcal ZS:9.3g TZS:3.2g SZH:12.5g CK:12.5g FH:21.2g SÓ:1.3g
	<b>Csokoládé öntet (7;)</b> EN:153.3kcal ZS:3.1g TZS:1.9g SZH:25.0g CK:15.6g FH:5.0g SÓ:0.2g	<b>Kapor mártás (1;7;)</b> EN:153.5kcal ZS:10.2g TZS:3.1g SZH:12.7g CK:3.7g FH:2.2g SÓ:1.4g	<b>Spenótos halporció (1;4;7;)</b> EN:281.7kcal ZS:13.6g TZS:1.4g SZH:26.4g CK:1.3g FH:13.2g SÓ:1.4g	<b>Szárazbab főzelék (1;7;)</b> EN:423.7kcal ZS:12.1g TZS:3.3g SZH:56.9g CK:8.6g FH:18.7g SÓ:1.7g	<b>Árpagyöngy köret (1;)</b> EN:395.6kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:75.0g CK:0.8g FH:9.0g SÓ:1.1g	<b>sertésragu vitál módra (ananász)</b> EN:194.5kcal ZS:9.6g TZS:2.1g SZH:8.4g CK:1.5g FH:17.4g SÓ:1.8g	<b>Hagymás törtburgonya (12;)</b> EN:312.1kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:56.7g CK:0.0g FH:7.7g SÓ:1.1g
	<b>félbarna kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g	<b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b> EN:216.2kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:42.3g CK:0.0g FH:5.8g SÓ:0.0g	<b>Zöldséges rizs</b> EN:395.7kcal ZS:7.1g TZS:0.8g SZH:73.1g CK:6.6g FH:9.4g SÓ:1.5g	<b>félbarna kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g	<b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	<b>Főtt tészta (1;)</b> EN:415.4kcal ZS:12.1g TZS:1.6g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g	<b>félbarna kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g
	<b>Alma</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>félbarna kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g	<b>félbarna kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g <b>Körte</b> EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g		<b>félbarna kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g	<b>félbarna kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g	
<b>Napi összesítés</b>	EN: 871.1 kcal; ZS: 20.4 g; TZS: 4.4 g; SZH: 128.3 g; CK: 45.7 g; FH: 31.6 g; SÓ: 3.0 g;	EN: 838.0 kcal; ZS: 28.0 g; TZS: 7.9 g; SZH: 111.9 g; CK: 4.7 g; FH: 28.3 g; SÓ: 4.8 g;	EN: 1118.9 kcal; ZS: 31.6 g; TZS: 8.4 g; SZH: 170.2 g; CK: 13.1 g; FH: 35.6 g; SÓ: 5.4 g;	EN: 933.3 kcal; ZS: 36.0 g; TZS: 7.0 g; SZH: 102.9 g; CK: 10.6 g; FH: 44.5 g; SÓ: 4.8 g;	EN: 1127.8 kcal; ZS: 32.9 g; TZS: 10.1 g; SZH: 164.9 g; CK: 48.6 g; FH: 42.0 g; SÓ: 4.9 g;	EN: 891.2 kcal; ZS: 28.3 g; TZS: 5.8 g; SZH: 119.0 g; CK: 5.8 g; FH: 36.6 g; SÓ: 3.4 g;	EN: 824.3 kcal; ZS: 22.8 g; TZS: 5.9 g; SZH: 107.1 g; CK: 14.7 g; FH: 40.9 g; SÓ: 4.6 g;