

	Hétfő 02.09	Kedd 02.10	Szerda 02.11	Csütörtök 02.12	Péntek 02.13
Tízórai	Málna tea * (12;) EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Kapros túrókrém (7;) EN: 42.2 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 1.5 g; SZH: 1.1 g; CK: 1.1 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.0 g; CA: 26.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 132.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 25.8 g; CK: 0.5 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.0 g;	Citromos tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi zöldségkrém EN: 21.6 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.3 g; SZH: 2.2 g; CK: 0.8 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 132.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 25.8 g; CK: 0.5 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.0 g;	Erdei gyümölcs tea * (12;) EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Gépsonka EN: 23.4 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.4 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.1 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.5 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 132.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 25.8 g; CK: 0.5 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.0 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;	Citromos tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Petrezselymes margarin EN: 54.1 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 132.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 25.8 g; CK: 0.5 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.0 g;	Erdei gyümölcs tea * (12;) EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Zöldfűszeres tonhalkrém (4;7;) EN: 80.6 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 2.7 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 5.3 g; SÓ: 0.4 g; CA: 5.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 132.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 25.8 g; CK: 0.5 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;
Ebéd	Meggyleves * (1;7;) EN: 88.9 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 1.9 g; SZH: 13.0 g; CK: 7.7 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 28.0 mg; Sertéssült EN: 98.2 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.3 g; FH: 12.3 g; SÓ: 0.8 g; Tört burgonya 10dkg tm (12;) EN: 109.8 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.8 g; SZH: 18.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 2.0 g; Cékla saláta * (10;) EN: 20.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 5.0 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.5 g;	Pirított tésztaleves (1;9;12;) EN: 107.6 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 0.6 g; SZH: 11.5 g; CK: 1.2 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.8 g; Sült csirkecombfilé EN: 87.8 kcal; ZS: 3.8 g; TZS: 0.9 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 12.5 g; SÓ: 1.6 g; CA: 0.0 mg; Finomfőzelék * (1;7;) EN: 172.5 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 1.1 g; SZH: 22.7 g; CK: 2.6 g; FH: 6.2 g; SÓ: 1.1 g; CA: 63.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1;) EN: 52.9 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.3 g; CK: 0.2 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.0 g;	Zöldborsóleves (9;12;) EN: 63.4 kcal; ZS: 3.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 4.8 g; CK: 0.0 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.4 g; Bolognai ragu * EN: 139.8 kcal; ZS: 8.3 g; TZS: 2.8 g; SZH: 7.1 g; CK: 5.4 g; FH: 8.9 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Tészta köret (1;) EN: 187.0 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 0.7 g; SZH: 28.8 g; CK: 1.4 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.7 g;	Erőleves levestésztával (1;9;) EN: 50.9 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.4 g; CK: 1.1 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.0 g; Húsgombóc (szárnyas) (3;) EN: 89.7 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.7 g; SZH: 7.8 g; CK: 0.0 g; FH: 9.4 g; SÓ: 0.6 g; Karalábé főzelék (1;7;) EN: 129.6 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 0.7 g; SZH: 15.7 g; CK: 9.0 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.9 g; CA: 18.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1;) EN: 52.9 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.3 g; CK: 0.2 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.0 g;	Zöldségleves (9;) EN: 37.4 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 3.1 g; CK: 0.9 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.5 g; sertésragu vitál módra (ananász) EN: 100.1 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 1.1 g; SZH: 4.4 g; CK: 0.6 g; FH: 8.8 g; SÓ: 1.0 g; Rizs köret EN: 120.4 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 23.2 g; FH: 2.8 g; SÓ: 2.0 g; Csokipuding * EN: 57.1 kcal; ZS: 1.1 g; TZS: 0.4 g; SZH: 10.8 g; CK: 2.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g;
Uzsonna	Házi csirkehúskrém (7;) EN: 69.3 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 3.9 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.6 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g; CA: 15.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; Rágórépa EN: 8.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Pulyka sonka EN: 16.7 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.1 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.5 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; Paprika EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.3 g;	Magyaros vajkrém (7;) EN: 105.0 kcal; ZS: 10.5 g; TZS: 6.8 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.7 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.3 g; CA: 15.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;	Zöldfűszeres kockasajt (7;) EN: 41.6 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.6 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g; CA: 63.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; Kaliforniai paprika EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.5 g; FH: 0.3 g;	sült paprikakrém D (7;) EN: 62.9 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.7 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.2 g; CA: 15.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;