

| | Hétfő 06.15 | Kedd 06.16 | Szerda 06.17 | Csütörtök 06.18 | Péntek 06.19 |
|----------------|---|---|--|---|--|
| Tízórai | Citromos tea EN: 26.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.5 g; CK: 6.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Álomsonka EN: 19.8 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.1 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.5 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 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: 0.7 g; Kígyóborka EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; | Gyümölcs tea EN: 26.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.5 g; CK: 6.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Sonkás céklakrém EN: 73.5 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 2.0 g; SZH: 2.2 g; CK: 1.4 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.7 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: 0.7 g; | Málna tea EN: 28.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 7.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Sertés párizsi EN: 46.0 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.4 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 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: 0.7 g; | Barackos tea EN: 26.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.5 g; CK: 6.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; méz EN: 60.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 16.5 g; CK: 16.4 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 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: 0.7 g; | Erdei gyümölcs tea EN: 26.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.5 g; CK: 6.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Zala felvágott EN: 48.0 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.1 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.4 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 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: 0.7 g; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; |
| Ebéd | Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN: 153.4 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 1.3 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.0 g; FH: 9.2 g; SÓ: 1.0 g; Tejben dara TM (1;) EN: 270.6 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.5 g; SZH: 58.5 g; CK: 31.8 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.2 g; Kakaó szórát EN: 79.8 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 18.3 g; CK: 18.0 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.0 g; Alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; | Reszelttészta leves zellermentes (1;) EN: 78.8 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 13.5 g; CK: 2.3 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.8 g; Húsgombóc EN: 251.6 kcal; ZS: 15.9 g; TZS: 5.1 g; SZH: 12.8 g; CK: 0.0 g; FH: 14.2 g; SÓ: 1.1 g; Paradicsom mártás (1;9;) EN: 187.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 40.1 g; CK: 23.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.1 g; Főtt burgonya (12;) EN: 188.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 36.8 g; CK: 0.0 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.6 g; Almás sütemény (1;) EN: 142.5 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 25.8 g; CK: 9.1 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.1 g; | Brokkoli krémleves (1;) EN: 100.2 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.3 g; SZH: 19.9 g; CK: 6.4 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.0 g; Píritott kenyérvaj (1;) EN: 26.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.1 g; CK: 0.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; Zöldséges halragu (1;4;9;12;) EN: 94.9 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.9 g; SZH: 9.5 g; CK: 2.0 g; FH: 5.9 g; SÓ: 1.1 g; Rizs köret EN: 255.7 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.0 g; FH: 6.2 g; SÓ: 0.0 g; Körte EN: 67.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.6 g; CK: 2.0 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.0 g; | Csontleves tésztával (1;9;) EN: 72.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.2 g; CK: 2.3 g; FH: 2.7 g; SÓ: 1.9 g; Főtt virsli EN: 115.2 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 1.3 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.2 g; FH: 6.6 g; SÓ: 1.3 g; Fejtett babfőzelék (1;) EN: 130.6 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 14.1 g; CK: 1.1 g; FH: 5.6 g; SÓ: 0.8 g; | Őszibarackkrémleves (1;) EN: 148.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 35.7 g; CK: 19.5 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.4 g; Budapesti pulykaragu EN: 172.4 kcal; ZS: 12.1 g; TZS: 3.6 g; SZH: 3.8 g; CK: 0.2 g; FH: 11.5 g; SÓ: 0.9 g; Bulgur köret (1;) EN: 215.3 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.3 g; SZH: 40.3 g; CK: 1.3 g; FH: 7.3 g; SÓ: 0.0 g; Alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; |
| Uzsonna | Padlizsánkrém (10;) EN: 60.3 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.4 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Zöldhagyma EN: 7.6 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 0.2 g; FH: 0.4 g; | Házi sertés húskrém EN: 96.9 kcal; ZS: 8.8 g; TZS: 4.0 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 4.1 g; SÓ: 0.1 g; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Kígyóborka EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; | Cukkinikrém EN: 62.7 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 3.2 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; | Csirkemell sonka EN: 18.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.0 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; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; | Házi zöldségkrém EN: 147.9 kcal; ZS: 15.8 g; TZS: 7.9 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.5 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.5 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; Kígyóborka EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; |