

	Hétfő 03.23	Kedd 03.24	Szerda 03.25	Csütörtök 03.26	Péntek 03.27	Szombat 03.28	Vasárnap 03.29
Ebéd	Brokkoli krémleves (1;7;12;) EN: 161.8 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 3.2 g; SZH: 18.1 g; CK: 1.5 g; FH: 6.8 g; SÓ: 1.7 g; CA: 49.5 mg; Sárgarépás sertésragu D (1;7;9;) EN: 152.7 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 1.8 g; SZH: 8.4 g; CK: 0.4 g; FH: 17.9 g; SÓ: 1.3 g; CA: 12.0 mg; Puliszka (6;7;) EN: 219.9 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 2.7 g; SZH: 34.4 g; CK: 0.3 g; FH: 5.4 g; SÓ: 1.3 g; CA: 12.0 mg;	Sertés raguleves (1;9;) EN: 136.3 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 9.5 g; CK: 1.8 g; FH: 14.5 g; SÓ: 1.9 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara (1;7;) EN: 404.6 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 3.8 g; SZH: 69.0 g; CK: 36.5 g; FH: 15.9 g; SÓ: 0.4 g; CA: 480.0 mg; Fahéj szórát EN: 120.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 29.5 g; CK: 29.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg;	Lebbencs leves (1;9;12;) EN: 197.5 kcal; ZS: 8.0 g; TZS: 0.9 g; SZH: 25.7 g; CK: 0.7 g; FH: 4.2 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Húspuding (1;3;) EN: 117.7 kcal; ZS: 4.4 g; TZS: 1.1 g; SZH: 3.3 g; CK: 0.0 g; FH: 15.6 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Csőben sült vegyes zöldség (1;3;7;) EN: 250.4 kcal; ZS: 7.6 g; TZS: 3.6 g; SZH: 34.4 g; CK: 11.7 g; FH: 10.2 g; SÓ: 1.8 g; CA: 122.0 mg;	Zöldséges rizsleves EN: 172.5 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.5 g; SZH: 30.1 g; CK: 4.0 g; FH: 3.8 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg; Sült darált virsli EN: 265.0 kcal; ZS: 22.9 g; TZS: 7.0 g; SZH: 2.7 g; CK: 0.3 g; FH: 11.9 g; SÓ: 2.2 g; Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN: 260.3 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 2.1 g; SZH: 47.1 g; CK: 0.7 g; FH: 6.8 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg;	Tavaszi zöldségleves (1;3;9;) EN: 116.7 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 0.6 g; SZH: 14.5 g; CK: 3.4 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Szárnyas vagdalt (1;3;) EN: 318.9 kcal; ZS: 18.4 g; TZS: 4.0 g; SZH: 21.9 g; CK: 0.4 g; FH: 15.0 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Csőben sült cukkini árpagyönggyel (1;3;6;7;) EN: 298.3 kcal; ZS: 12.3 g; TZS: 6.3 g; SZH: 32.4 g; CK: 5.3 g; FH: 13.0 g; SÓ: 1.7 g; CA: 152.0 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: 0.7 g; CA: 0.0 mg;	Húsleves levestésztával (1;9;) EN: 119.8 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 0.5 g; SZH: 16.3 g; CK: 3.2 g; FH: 8.5 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Sült darált csirkecombfilé EN: 147.3 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 20.9 g; SÓ: 2.9 g; CA: 0.0 mg; Főtt burgonya (12;) EN: 235.0 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 46.0 g; CK: 0.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg;	Zellerkrémleves (1;9;) EN: 111.0 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 18.0 g; CK: 2.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg; Píritott kenyérkocka (1;) EN: 39.3 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.7 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.3 g; Majorannás csirkemáj EN: 208.7 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 2.4 g; SZH: 7.3 g; CK: 0.0 g; FH: 24.4 g; SÓ: 2.2 g; CA: 0.0 mg; Tarhonya (1;) EN: 428.7 kcal; ZS: 9.8 g; TZS: 1.3 g; SZH: 72.0 g; CK: 3.5 g; FH: 12.2 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg;