

	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;12;) EN: 159.8 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.3 g; SZH: 30.5 g; CK: 7.9 g; FH: 3.4 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Sárgarépás rizseshús (sertés) EN: 530.5 kcal; ZS: 16.7 g; TZS: 2.9 g; SZH: 69.0 g; CK: 1.4 g; FH: 25.2 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg; Cékla saláta * (10;) EN: 32.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 3.8 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	Sertés gulyás leves D (1;9;12;) EN: 217.6 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 1.8 g; SZH: 16.8 g; CK: 0.4 g; FH: 11.0 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara TM (1;) EN: 505.7 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 0.9 g; SZH: 109.6 g; CK: 58.3 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Fahéj szórat 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 Diéta (1;9;12;) EN: 186.8 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 1.3 g; SZH: 29.7 g; CK: 0.9 g; FH: 4.9 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg; Fokhagymás csirkeapró EN: 176.2 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 1.5 g; SZH: 3.5 g; CK: 0.0 g; FH: 25.5 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Zöldbabfőzelék (1;) EN: 160.9 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 27.1 g; CK: 1.7 g; FH: 6.1 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 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; Paprikás burgonya kolbással (12;) EN: 557.4 kcal; ZS: 29.6 g; TZS: 9.4 g; SZH: 54.4 g; CK: 1.7 g; FH: 12.8 g; SÓ: 2.2 g; CA: 0.0 mg; Csemege uborka * (10;12;) EN: 8.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.3 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.4 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; Paradicsomos káposzta (1;) EN: 231.1 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 0.7 g; SZH: 34.3 g; CK: 13.7 g; FH: 6.1 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 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; Pacal pörkölt EN: 224.2 kcal; ZS: 16.5 g; TZS: 3.9 g; SZH: 4.1 g; CK: 0.0 g; FH: 13.6 g; SÓ: 1.7 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; Almapaprika (csemege) EN: 20.8 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 3.0 g; CK: 1.2 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.0 g;	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; Pírtott 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; Lecsős csirkemáj (1;) EN: 197.1 kcal; ZS: 11.3 g; TZS: 2.3 g; SZH: 4.6 g; CK: 0.0 g; FH: 17.5 g; SÓ: 3.1 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;