

	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16	Szombat 10.17	Vasárnap 10.18
Ebéd	Amerikai csirkeragu leves (1;12;) EN: 249.4 kcal; ZS: 11.2 g; TZS: 5.0 g; SZH: 20.6 g; CK: 0.2 g; FH: 14.9 g; SÓ: 1.7 g; Natúr csirkemell (1;) EN: 189.1 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 1.5 g; SZH: 7.1 g; CK: 0.0 g; FH: 22.2 g; SÓ: 1.6 g; Bulgur köret (1;) EN: 361.6 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.5 g; SZH: 67.2 g; CK: 2.1 g; FH: 12.1 g; SÓ: 1.0 g;	Burgonyaleves (1;12;) EN: 170.1 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 0.8 g; SZH: 20.7 g; CK: 2.3 g; FH: 3.1 g; SÓ: 1.6 g; Főtt virsli EN: 211.2 kcal; ZS: 16.5 g; TZS: 2.4 g; SZH: 3.3 g; CK: 0.3 g; FH: 12.1 g; SÓ: 2.3 g; Parajfőzelék (1;) EN: 361.4 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 1.2 g; SZH: 65.3 g; CK: 10.6 g; FH: 8.9 g; SÓ: 0.2 g; Vizes zsemle (1;) EN: 276.1 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.2 g; SZH: 57.2 g; CK: 1.2 g; FH: 10.0 g; SÓ: 1.7 g;	Zöldségleves (1;) EN: 156.7 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 0.7 g; SZH: 21.4 g; CK: 3.2 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.1 g; Majorannás csirkeapró EN: 204.4 kcal; ZS: 12.8 g; TZS: 2.2 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 20.9 g; SÓ: 1.6 g; Kuszkusz (1;) EN: 451.9 kcal; ZS: 11.2 g; TZS: 1.4 g; SZH: 72.9 g; CK: 3.0 g; FH: 13.2 g; SÓ: 0.0 g;	Reszelt tésztaleves (1;9;) EN: 126.5 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 0.7 g; SZH: 13.3 g; CK: 2.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 1.4 g; Sült csirkecombfilé EN: 197.5 kcal; ZS: 10.8 g; TZS: 2.1 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 23.1 g; SÓ: 1.0 g; Petrezselymes burgonya (12;) EN: 289.5 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 2.8 g; SZH: 46.4 g; CK: 0.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.5 g;	Zellerkrémleves (1;9;) EN: 166.3 kcal; ZS: 13.1 g; TZS: 4.0 g; SZH: 8.9 g; CK: 1.2 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.8 g; Citromos halragu (1;4;) EN: 240.8 kcal; ZS: 11.9 g; TZS: 6.5 g; SZH: 7.4 g; CK: 0.3 g; FH: 12.9 g; SÓ: 0.9 g; Sárgarépás rizs EN: 409.4 kcal; ZS: 11.6 g; TZS: 1.3 g; SZH: 68.3 g; CK: 2.3 g; FH: 8.5 g; SÓ: 1.3 g;	Rizsleves EN: 153.5 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 1.0 g; SZH: 15.0 g; CK: 2.8 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.1 g; Rakott tök EN: 425.5 kcal; ZS: 17.0 g; TZS: 6.7 g; SZH: 47.1 g; CK: 0.2 g; FH: 19.5 g; SÓ: 0.3 g; Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 237.0 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.2 g; SZH: 49.0 g; CK: 1.5 g; FH: 8.4 g; SÓ: 1.3 g;	Csontleves tésztával (1;9;) EN: 180.3 kcal; ZS: 7.4 g; TZS: 1.4 g; SZH: 16.0 g; CK: 2.5 g; FH: 11.0 g; SÓ: 0.9 g; Cukkinis csirkeragu (1;) EN: 231.3 kcal; ZS: 13.2 g; TZS: 3.8 g; SZH: 6.3 g; CK: 0.0 g; FH: 20.3 g; SÓ: 1.7 g; Tészta köret (1;) EN: 396.5 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 0.8 g; SZH: 71.0 g; CK: 2.2 g; FH: 13.0 g; SÓ: 1.0 g;