

Gasztvital	Hétfő 08.31	Kedd 09.01	Szerda 09.02	Csütörtök 09.03	Péntek 09.04
Ebéd		Zöldségleves (9;12;) EN:54.5kcal ZS:1.7g TZS:0.2g SZH:8.2g CK:2.3g FH:1.7g SÓ:1.2g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Panírozott dínó szelet (1;3;6;7;9;10;) EN:152.8kcal ZS:7.2g TZS:1.6g SZH:15.0g CK:0.5g FH:6.2g SÓ:0.8g Petrezselymes burgonya (7;12;) EN:266.4kcal ZS:5.4g TZS:1.4g SZH:43.5g CK:0.0g FH:5.9g SÓ:2.2g Káposztasaláta (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Paradicsomleves (1;9;) EN:454.4kcal ZS:19.0g TZS:2.1g SZH:66.2g CK:41.2g FH:4.3g SÓ:0.7g Sertéspörkölt (12;) EN:247.2kcal ZS:17.1g TZS:3.3g SZH:4.5g CK:0.1g FH:17.5g SÓ:2.4g Tarhonyaköret (1;) EN:379.8kcal ZS:8.2g TZS:1.1g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.3g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g	Orjaleves (9;) EN:64.6kcal ZS:2.1g TZS:0.6g SZH:7.3g CK:2.7g FH:3.7g SÓ:2.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:499.2kcal ZS:15.2g TZS:4.2g SZH:57.5g CK:4.9g FH:24.0g SÓ:2.7g Sült debreceni EN:303.3kcal ZS:29.3g TZS:8.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:11.0g SÓ:1.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Őszibarackkrémleves (1;7;) EN:403.5kcal ZS:4.7g TZS:1.6g SZH:90.1g CK:61.6g FH:4.5g SÓ:0.6g Rántott halfilé (1;3;4;) EN:586.8kcal ZS:38.4g TZS:5.1g SZH:37.6g CK:0.3g FH:21.2g SÓ:2.1g Petrezselymes rizs EN:446.3kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:81.4g CK:0.0g FH:9.8g SÓ:2.0g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g
Ebéd B		Zöldségleves (9;12;) EN:54.5kcal ZS:1.7g TZS:0.2g SZH:8.2g CK:2.3g FH:1.7g SÓ:1.2g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Paradicsomos káposzta (1;) EN:297.0kcal ZS:9.7g TZS:1.1g SZH:45.7g CK:20.0g FH:5.5g SÓ:1.1g Vagdalt pogácsa - baromfi (1;3;6;8;11;) EN:261.3kcal ZS:23.7g TZS:3.7g SZH:2.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Paradicsomleves (1;9;) EN:454.4kcal ZS:19.0g TZS:2.1g SZH:66.2g CK:41.2g FH:4.3g SÓ:0.7g Grill csirkecombfilé EN:143.6kcal ZS:6.9g TZS:1.5g SZH:0.6g CK:0.1g FH:18.9g SÓ:2.9g Vajas párolt zöldség 1/2 (7;) EN:67.2kcal ZS:2.6g TZS:1.0g SZH:5.9g CK:3.6g FH:2.7g SÓ:0.7g Párolt Rizs-féladag EN:244.9kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:46.5g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.9g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g	Orjaleves (9;) EN:64.6kcal ZS:2.1g TZS:0.6g SZH:7.3g CK:2.7g FH:3.7g SÓ:2.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Natúr sertésszelet (1;) EN:204.6kcal ZS:12.5g TZS:3.4g SZH:2.8g CK:0.0g FH:19.2g SÓ:0.4g Főtt burgonya (12;) EN:222.2kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:43.5g CK:0.0g FH:5.9g SÓ:1.0g Kapormártás (1;7;) EN:212.7kcal ZS:12.7g TZS:4.8g SZH:20.7g CK:11.2g FH:2.6g SÓ:2.0g	Őszibarackkrémleves (1;7;) EN:403.5kcal ZS:4.7g TZS:1.6g SZH:90.1g CK:61.6g FH:4.5g SÓ:0.6g Rántott sajt (1;3;7;) EN:485.3kcal ZS:36.4g TZS:11.8g SZH:23.1g CK:1.5g FH:15.4g SÓ:1.4g Zöldséges bulgur (1;) EN:462.0kcal ZS:6.1g TZS:0.8g SZH:82.0g CK:4.0g FH:15.0g SÓ:2.0g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g

	Hétfő 09.07	Kedd 09.08	Szerda 09.09	Csütörtök 09.10	Péntek 09.11
Ebéd	Gulyásleves sertéshússal (9;12;) EN:287.0kcal ZS:15.1g Tzs:2.9g SZH:17.7g CK:0.0g FH:17.1g SÓ:1.9g Spagetti (1;) EN:399.8kcal ZS:10.4g Tzs:1.4g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.7g Tejföl (7;) EN:64.8kcal ZS:6.0g Tzs:3.9g SZH:1.0g CK:1.0g FH:1.0g SÓ:0.0g Sajtszórát (7;) EN:126.4kcal ZS:9.2g Tzs:6.2g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.7g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g Tzs:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Zöldséges fehérbableves (1;9;12;) EN:200.6kcal ZS:3.7g Tzs:0.5g SZH:30.4g CK:2.0g FH:10.3g SÓ:1.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g Tzs:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Csikós tokány (1;7;) EN:336.1kcal ZS:24.0g Tzs:7.8g SZH:6.9g CK:0.7g FH:20.3g SÓ:1.6g Vajas burgonya (7;12;) EN:283.3kcal ZS:6.0g Tzs:2.6g SZH:45.7g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:3.4g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g Tzs:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Meggyleves (1;7;12;) EN:288.3kcal ZS:8.6g Tzs:5.2g SZH:48.4g CK:37.0g FH:4.4g SÓ:0.6g Fokhagymás sertés aprópecsenye (1;) EN:218.5kcal ZS:12.1g Tzs:2.9g SZH:7.1g CK:0.0g FH:18.7g SÓ:1.2g Zöldséges kuszkus (1;) EN:329.1kcal ZS:11.7g Tzs:3.7g SZH:45.9g CK:1.4g FH:10.0g SÓ:0.6g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g	Daragaluskaleves (1;3;9;12;) EN:144.4kcal ZS:5.7g Tzs:0.9g SZH:19.4g CK:0.0g FH:3.7g SÓ:2.0g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:571.7kcal ZS:24.2g Tzs:5.3g SZH:71.2g CK:34.1g FH:14.4g SÓ:1.1g Sertéspörkölt (12;) EN:247.2kcal ZS:17.1g Tzs:3.3g SZH:4.5g CK:0.1g FH:17.5g SÓ:2.4g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g Tzs:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Brokkoli krémleves napraforgó és lenmaggal (1;7;) EN:346.6kcal ZS:25.0g Tzs:11.5g SZH:19.9g CK:2.9g FH:8.4g SÓ:0.5g Mexikói csirkemellragu (1;) EN:200.5kcal ZS:8.5g Tzs:1.4g SZH:11.4g CK:0.0g FH:18.9g SÓ:2.3g Főtt burgonya (12;) EN:222.2kcal ZS:0.5g Tzs:0.0g SZH:43.5g CK:0.0g FH:5.9g SÓ:1.0g
Ebéd B	Gulyásleves sertéshússal (9;12;) EN:287.0kcal ZS:15.1g Tzs:2.9g SZH:17.7g CK:0.0g FH:17.1g SÓ:1.9g Szilvás krokett (1;3;) EN:522.5kcal ZS:4.8g Tzs:0.2g SZH:135.8g CK:4.8g FH:12.0g SÓ:36.0g Porcukor EN:82.0kcal ZS:0.0g Tzs:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g Tzs:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Zöldséges fehérbableves (1;9;12;) EN:200.6kcal ZS:3.7g Tzs:0.5g SZH:30.4g CK:2.0g FH:10.3g SÓ:1.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g Tzs:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Sült csirkecomb ketchupos EN:242.5kcal ZS:11.0g Tzs:2.3g SZH:5.1g CK:3.2g FH:29.5g SÓ:2.8g Rizs-tricolor EN:615.5kcal ZS:13.8g Tzs:1.6g SZH:108.7g CK:0.6g FH:14.6g SÓ:1.8g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g Tzs:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Meggyleves (1;7;12;) EN:288.3kcal ZS:8.6g Tzs:5.2g SZH:48.4g CK:37.0g FH:4.4g SÓ:0.6g Csicseriborsós rizseshús libahússal (9;) EN:568.3kcal ZS:32.7g Tzs:4.5g SZH:43.0g CK:0.5g FH:23.5g SÓ:1.2g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g	Daragaluskaleves (1;3;9;12;) EN:144.4kcal ZS:5.7g Tzs:0.9g SZH:19.4g CK:0.0g FH:3.7g SÓ:2.0g Rakottburgonya kolbásszal (1;3;7;12;) EN:887.1kcal ZS:54.9g Tzs:22.2g SZH:58.1g CK:2.7g FH:32.9g SÓ:3.0g	Brokkoli krémleves napraforgó és lenmaggal (1;7;) EN:346.6kcal ZS:25.0g Tzs:11.5g SZH:19.9g CK:2.9g FH:8.4g SÓ:0.5g Sertés flekken (10;) EN:222.3kcal ZS:16.4g Tzs:3.3g SZH:0.2g CK:0.0g FH:18.3g SÓ:0.5g Vajas burgonya (7;12;) EN:283.3kcal ZS:6.0g Tzs:2.6g SZH:45.7g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:3.4g

Gasztvital	Hétfő 09.14	Kedd 09.15	Szerda 09.16	Csütörtök 09.17	Péntek 09.18
Ebéd	Kelkáposztaleves virslivel (1;6;7;12;) EN:354.7kcal ZS:23.1g TZS:8.3g SZH:21.8g CK:1.2g FH:12.7g SÓ:1.9g Tészta köret (1;) EN:516.4kcal ZS:19.6g TZS:2.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.5g Dejós szórát (1;) EN:194.0kcal ZS:6.3g TZS:0.5g SZH:27.8g CK:20.4g FH:5.5g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Hamis gulyásleves (1;9;12;) EN:185.3kcal ZS:9.5g TZS:1.0g SZH:20.4g CK:0.2g FH:3.1g SÓ:0.6g Eszterházy sertésragu (1;7;10;) EN:277.6kcal ZS:15.1g TZS:5.1g SZH:12.7g CK:5.7g FH:20.6g SÓ:1.4g Párolt rizs EN:463.3kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:85.3g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.9g	Csurgatott tojásleves (1;3;) EN:118.8kcal ZS:9.1g TZS:1.3g SZH:6.3g CK:0.0g FH:2.8g SÓ:1.0g Gyros-os csirke EN:415.3kcal ZS:38.6g TZS:6.8g SZH:0.7g CK:0.4g FH:14.8g SÓ:1.7g Párolt rizs EN:463.3kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:85.3g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.9g Tzatziki (7;) EN:20.2kcal ZS:0.9g TZS:0.5g SZH:1.8g CK:0.2g FH:1.1g SÓ:0.6g	Csontleves (9;12;) EN:113.6kcal ZS:3.9g TZS:1.2g SZH:8.9g CK:2.3g FH:10.0g SÓ:2.3g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Rácz zöldbab sertéshússal (1;7;12;) EN:634.0kcal ZS:48.7g TZS:13.2g SZH:27.2g CK:3.9g FH:24.1g SÓ:2.1g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:270.1kcal ZS:11.2g TZS:2.3g SZH:28.7g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.5g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Sertéshúsos tonhalas tészta (1;4;) EN:654.4kcal ZS:27.1g TZS:5.0g SZH:74.0g CK:6.7g FH:27.0g SÓ:2.3g Sajtszórát (7;) EN:86.8kcal ZS:6.8g TZS:4.3g SZH:0.5g CK:0.5g FH:6.5g SÓ:0.3g
Ebéd B	Kelkáposztaleves virslivel (1;6;7;12;) EN:354.7kcal ZS:23.1g TZS:8.3g SZH:21.8g CK:1.2g FH:12.7g SÓ:1.9g Csokis mini gombóc (1;3;12;) EN:419.4kcal ZS:6.9g TZS:0.5g SZH:73.8g CK:21.8g FH:10.5g SÓ:1.4g Porcukor EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Hamis gulyásleves (1;9;12;) EN:185.3kcal ZS:9.5g TZS:1.0g SZH:20.4g CK:0.2g FH:3.1g SÓ:0.6g Chillisbab szárnyashússal (1;) EN:556.9kcal ZS:35.5g TZS:6.8g SZH:35.1g CK:4.4g FH:20.5g SÓ:2.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Csurgatott tojásleves (1;3;) EN:118.8kcal ZS:9.1g TZS:1.3g SZH:6.3g CK:0.0g FH:2.8g SÓ:1.0g Cornflakes-es csirkemell csíkok (1;) EN:262.9kcal ZS:14.6g TZS:1.8g SZH:20.7g CK:0.8g FH:11.7g SÓ:1.4g Burgonyapüré (7;12;) EN:337.2kcal ZS:9.9g TZS:4.8g SZH:48.1g CK:2.6g FH:7.8g SÓ:1.7g Tzatziki (7;) EN:20.2kcal ZS:0.9g TZS:0.5g SZH:1.8g CK:0.2g FH:1.1g SÓ:0.6g	Csontleves (9;12;) EN:113.6kcal ZS:3.9g TZS:1.2g SZH:8.9g CK:2.3g FH:10.0g SÓ:2.3g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Húsgombóc sertéshússal (3;) EN:279.4kcal ZS:14.0g TZS:4.9g SZH:23.3g CK:0.0g FH:15.4g SÓ:0.6g Főtt burgonya (12;) EN:222.2kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:43.5g CK:0.0g FH:5.9g SÓ:1.0g Paradicsommártás (1;9;) EN:224.3kcal ZS:0.5g TZS:0.3g SZH:45.3g CK:0.1g FH:7.4g SÓ:0.9g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:270.1kcal ZS:11.2g TZS:2.3g SZH:28.7g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.5g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Csirkepaprikás (1;7;12;) EN:395.6kcal ZS:31.8g TZS:9.1g SZH:10.2g CK:0.8g FH:15.3g SÓ:1.8g Galuska (1;3;) EN:492.9kcal ZS:10.8g TZS:1.7g SZH:85.2g CK:0.0g FH:12.2g SÓ:2.5g

	Hétfő 09.21	Kedd 09.22	Szerda 09.23	Csütörtök 09.24	Péntek 09.25
Ebéd	Babgulyás sertéshúsból (9;) EN:319.6kcal ZS:15.1g TZS:4.1g SZH:23.3g CK:1.4g FH:18.8g SÓ:1.6g Tejbedara (1;7;) EN:432.8kcal ZS:10.4g TZS:6.0g SZH:70.1g CK:40.0g FH:10.3g SÓ:0.6g Fahéjszórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Kertészleves gazdagon (1;9;12;) EN:274.5kcal ZS:18.9g TZS:2.1g SZH:21.5g CK:1.0g FH:4.3g SÓ:1.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Bugaci rakottkáposzta sertéshúsból (7;12;) EN:734.7kcal ZS:51.9g TZS:18.0g SZH:41.5g CK:4.8g FH:17.4g SÓ:5.2g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:171.1kcal ZS:2.5g TZS:1.5g SZH:33.7g CK:20.3g FH:2.3g SÓ:0.5g Pásztorbulgur sertéshússal (1;12;) EN:882.3kcal ZS:55.2g TZS:15.1g SZH:64.6g CK:1.7g FH:27.9g SÓ:2.5g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g	Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12;) EN:159.3kcal ZS:7.8g TZS:2.5g SZH:18.3g CK:1.2g FH:3.9g SÓ:1.1g Kelkáposzta főzelék (1;12;) EN:229.3kcal ZS:8.3g TZS:0.9g SZH:26.8g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Pulykapörkölt (12;) EN:167.4kcal ZS:8.6g TZS:1.7g SZH:3.0g CK:0.1g FH:19.1g SÓ:1.9g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:258.3kcal ZS:19.1g TZS:5.1g SZH:16.1g CK:0.9g FH:5.1g SÓ:1.0g Pirított zsemlekocka (1;) EN:40.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:8.3g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g Rántott csirkemell napraforgó és lenmagos bundában (1;3;7;) EN:582.0kcal ZS:36.1g TZS:4.6g SZH:38.5g CK:0.8g FH:23.6g SÓ:2.0g Zöldséges bulgur (1;) EN:462.0kcal ZS:6.1g TZS:0.8g SZH:82.0g CK:4.0g FH:15.0g SÓ:2.0g
Ebéd B	Babgulyás sertéshúsból (9;) EN:319.6kcal ZS:15.1g TZS:4.1g SZH:23.3g CK:1.4g FH:18.8g SÓ:1.6g Túrótészta (1;7;) EN:536.1kcal ZS:22.2g TZS:7.4g SZH:59.3g CK:5.3g FH:21.5g SÓ:1.5g Tejföl (7;) EN:64.8kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.0g CK:1.0g FH:1.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Kertészleves gazdagon (1;9;12;) EN:274.5kcal ZS:18.9g TZS:2.1g SZH:21.5g CK:1.0g FH:4.3g SÓ:1.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:346.1kcal ZS:11.9g TZS:3.5g SZH:47.6g CK:1.3g FH:7.0g SÓ:1.0g Vagdalt pogácsa - baromfi (1;3;6;8;11;) EN:261.3kcal ZS:23.7g TZS:3.7g SZH:2.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:171.1kcal ZS:2.5g TZS:1.5g SZH:33.7g CK:20.3g FH:2.3g SÓ:0.5g Stefánia vagdalt (1;3;6;8;11;) EN:217.8kcal ZS:15.1g TZS:4.4g SZH:4.4g CK:0.0g FH:14.8g SÓ:1.2g Hagymás burgonya (12;) EN:348.3kcal ZS:5.3g TZS:0.5g SZH:60.1g CK:0.0g FH:8.2g SÓ:3.0g	Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12;) EN:159.3kcal ZS:7.8g TZS:2.5g SZH:18.3g CK:1.2g FH:3.9g SÓ:1.1g Rakott brokkoli sertéshússal (1;7;) EN:766.3kcal ZS:54.3g TZS:17.8g SZH:44.9g CK:5.3g FH:27.4g SÓ:2.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:258.3kcal ZS:19.1g TZS:5.1g SZH:16.1g CK:0.9g FH:5.1g SÓ:1.0g Pirított zsemlekocka (1;) EN:40.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:8.3g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g Petrezselymes sült töltelék (1;3;6;8;11;) EN:163.1kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:11.8g CK:0.2g FH:9.7g SÓ:0.6g Főtt burgonya (12;) EN:222.2kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:43.5g CK:0.0g FH:5.9g SÓ:1.0g Befőtt EN:37.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.2g CK:9.3g FH:0.3g SÓ:0.0g

	Hétfő 09.28	Kedd 09.29	Szerda 09.30	Csütörtök 10.01	Péntek 10.02
Ebéd	Tárkonyos csirkeragu leves (1;7;9;12;) EN:345.4kcal ZS:24.7g TZS:7.4g SZH:16.4g CK:1.5g FH:12.7g SÓ:1.2g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Mákkal töltött nudli (1;3;7;12;) EN:454.0kcal ZS:11.2g TZS:2.4g SZH:74.2g CK:7.0g FH:12.2g SÓ:2.0g Porcukor EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Zöldborsóleves (1;9;12;) EN:262.5kcal ZS:14.6g TZS:1.7g SZH:23.2g CK:0.5g FH:7.7g SÓ:0.4g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Magyaros csirkemáj (1;) EN:330.1kcal ZS:23.4g TZS:3.7g SZH:10.1g CK:0.0g FH:18.2g SÓ:1.3g Kuszkusz (1;) EN:540.5kcal ZS:29.0g TZS:6.5g SZH:58.3g CK:2.4g FH:10.6g SÓ:1.2g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Köménymagos rántottleves (1;) EN:90.2kcal ZS:6.6g TZS:0.7g SZH:6.7g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:0.7g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Bolognai spagetti sertéshúsból (1;) EN:684.8kcal ZS:36.7g TZS:8.7g SZH:66.9g CK:3.8g FH:21.8g SÓ:2.1g Sajtszórát (7;) EN:75.8kcal ZS:5.8g TZS:3.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:5.7g SÓ:0.3g	Erőleves (1;9;) EN:136.2kcal ZS:2.4g TZS:0.7g SZH:21.7g CK:3.4g FH:6.3g SÓ:2.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Sólet füstölthússal (1;3;) EN:571.1kcal ZS:19.5g TZS:5.8g SZH:65.5g CK:0.5g FH:31.5g SÓ:4.4g Főtt tojás (3;) EN:56.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g FH:4.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Karfiol krémleves magvakkal (1;7;) EN:175.9kcal ZS:12.4g TZS:4.2g SZH:9.7g CK:1.0g FH:5.8g SÓ:1.0g Rántott halfilé (1;3;4;) EN:586.8kcal ZS:38.4g TZS:5.1g SZH:37.6g CK:0.3g FH:21.2g SÓ:2.1g Rizi-bizi EN:330.8kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:57.2g CK:0.0g FH:8.7g SÓ:0.9g majonéz (3;10;)
Ebéd B	Tárkonyos csirkeragu leves (1;7;9;12;) EN:345.4kcal ZS:24.7g TZS:7.4g SZH:16.4g CK:1.5g FH:12.7g SÓ:1.2g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Krumplistészta (1;12;) EN:605.3kcal ZS:22.0g TZS:2.6g SZH:84.7g CK:2.9g FH:13.6g SÓ:4.1g Csemege uborka (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:1.5g FH:0.5g SÓ:1.2g	Zöldborsóleves (1;9;12;) EN:262.5kcal ZS:14.6g TZS:1.7g SZH:23.2g CK:0.5g FH:7.7g SÓ:0.4g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Pizza sonkás (saját) (1;3;6;7;) EN:642.5kcal ZS:28.3g TZS:9.5g SZH:69.1g CK:10.8g FH:26.3g SÓ:3.1g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Köménymagos rántottleves (1;) EN:90.2kcal ZS:6.6g TZS:0.7g SZH:6.7g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:0.7g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Vadas szárnyas tokány (1;7;10;) EN:194.6kcal ZS:9.8g TZS:3.4g SZH:7.9g CK:2.6g FH:17.9g SÓ:1.2g Galuska (1;3;) EN:492.9kcal ZS:10.8g TZS:1.7g SZH:85.2g CK:0.0g FH:12.2g SÓ:2.5g	Erőleves (1;9;) EN:136.2kcal ZS:2.4g TZS:0.7g SZH:21.7g CK:3.4g FH:6.3g SÓ:2.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Sertéssült apró (1;) EN:445.5kcal ZS:28.2g TZS:6.6g SZH:7.1g CK:0.0g FH:38.1g SÓ:0.9g Főtt burgonya (12;) EN:222.2kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:43.5g CK:0.0g FH:5.9g SÓ:1.0g Meggymártás (1;7;12;) EN:183.4kcal ZS:3.6g TZS:1.1g SZH:38.0g CK:23.9g FH:2.1g SÓ:0.0g	Karfiol krémleves magvakkal (1;7;) EN:175.9kcal ZS:12.4g TZS:4.2g SZH:9.7g CK:1.0g FH:5.8g SÓ:1.0g Marhapörkölt EN:562.5kcal ZS:52.0g TZS:12.0g SZH:5.3g CK:0.0g FH:18.3g SÓ:3.0g Krokett (1;3;) EN:502.5kcal ZS:4.8g TZS:0.2g SZH:130.8g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:36.0g Vegyesvágott savanyú - R EN:57.5kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:12.1g CK:6.8g FH:1.6g SÓ:0.6g