

	Hétfő 01.12	Kedd 01.13	Szerda 01.14	Csütörtök 01.15	Péntek 01.16
Tízórai	Gyümölcs tea EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Natúr sajtkrém (7;) EN: 42.9 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 2.3 g; SZH: 1.5 g; CK: 1.5 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.4 g; CA: 155.1 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; méz EN: 60.8 kcal; SZH: 16.5 g; CK: 16.4 g; FH: 0.1 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Gyümölcs tea EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi csirkemájkrém (7;) EN: 87.3 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 3.0 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.3 g; FH: 6.8 g; SÓ: 0.9 g; CA: 8.4 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Gyümölcs tea EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Tonhalkrém (4;7;10;) EN: 75.8 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.3 g; FH: 5.3 g; SÓ: 0.4 g; CA: 7.5 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;	Kakaó (7;) EN: 124.6 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 2.1 g; SZH: 17.1 g; CK: 17.0 g; FH: 6.8 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; 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; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;
Ebéd	Csontleves tésztával (9;) EN: 104.3 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 20.5 g; CK: 3.1 g; FH: 3.2 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Csikós sertéstokány (9;) EN: 109.0 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 5.9 g; CK: 0.4 g; FH: 12.9 g; SÓ: 0.8 g; Rizs köret EN: 370.9 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 0.4 g; SZH: 77.5 g; FH: 9.3 g; SÓ: 0.0 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Zöldséges burgonyaleves (9;12;) EN: 108.5 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.1 g; SZH: 20.3 g; CK: 0.5 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; Fűszeres sertéscsíkok (12;) EN: 132.7 kcal; ZS: 8.2 g; TZS: 1.7 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.1 g; FH: 12.5 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Tökfőzelék (7;) EN: 152.0 kcal; ZS: 7.9 g; TZS: 2.5 g; SZH: 17.6 g; CK: 2.9 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Gyömbéres rizskeksz EN: 35.2 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 7.7 g; CK: 2.3 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	Sertés gulyás leves (9;12;) EN: 165.2 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 1.0 g; SZH: 20.0 g; CK: 0.2 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.8 g; Tejberizs (7;) EN: 263.2 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 2.0 g; SZH: 49.0 g; CK: 18.0 g; FH: 10.3 g; SÓ: 0.7 g; CA: 240.0 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;	Tojásleves (3;) EN: 30.5 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 2.6 g; CK: 0.0 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Sült BBQ csirkemell EN: 116.3 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 1.0 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.0 g; FH: 17.2 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Burgonyapüré (7;12;) EN: 202.0 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 1.4 g; SZH: 33.6 g; CK: 6.0 g; FH: 7.7 g; SÓ: 1.0 g; CA: 144.0 mg; Narancs EN: 49.2 kcal; SZH: 10.2 g; FH: 0.7 g;	Magyaros tarhonyaleves (9;12;) EN: 80.1 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.1 g; SZH: 16.2 g; CK: 0.0 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.9 g; Főtt virsli EN: 159.0 kcal; ZS: 13.8 g; TZS: 4.2 g; SZH: 1.6 g; CK: 0.2 g; FH: 7.2 g; SÓ: 1.3 g; Zöldborsófőzelék (7;) EN: 233.9 kcal; ZS: 4.2 g; TZS: 1.6 g; SZH: 34.1 g; CK: 9.3 g; FH: 12.4 g; SÓ: 1.1 g; CA: 147.0 mg;
Uzsonna	Snidlinges túrókrém (7;) EN: 42.9 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 1.7 g; SZH: 1.1 g; CK: 1.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.0 g; CA: 28.0 mg; Abonett EN: 51.9 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 9.0 g; CK: 0.2 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.1 g;	Füldői sonka EN: 93.4 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.3 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.5 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Rágórépa EN: 8.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Kockasajt, natúr (7;) EN: 70.5 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.8 g; CK: 1.4 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.5 g; CA: 172.5 mg; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;	Paprikás csemege szalámi EN: 73.3 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.6 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Lilahagyma EN: 8.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Petrezselymes tojáskrém (3;7;) EN: 84.0 kcal; ZS: 7.5 g; TZS: 4.1 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.3 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 7.5 mg; Abonett EN: 51.9 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 9.0 g; CK: 0.2 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.1 g;