

Hétfő
05.04Kedd
05.05Szerda
05.06Csütörtök
05.07Péntek
05.08

Ebéd

Sütőtök krémleves (1;7;)

EN:233.8kcal ZS:11.2g TZS:3.4g SZH:28.7g
CK:14.3g FH:3.1g SÓ:0.5g

Pirított tökmag

EN:162.3kcal ZS:13.7g TZS:2.6g SZH:5.3g CK:0.3g
FH:7.3g SÓ:0.0g

Tarhonyás hús (1;)

EN:599.6kcal ZS:17.7g TZS:3.5g SZH:74.6g CK:3.5g
FH:33.1g SÓ:10.3g

Savanyúság (10;)

EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g
FH:2.0g SÓ:0.8g

Csontleves

EN:97.4kcal ZS:4.2g TZS:1.2g SZH:8.2g CK:3.2g
FH:5.9g SÓ:0.6g

Levesbetét tészta (1;)

EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g
FH:1.3g SÓ:0.0g

Fasírt golyó (1;3;6;7;10;12;)

EN:188.5kcal ZS:11.0g TZS:3.2g SZH:11.9g CK:0.2g
FH:10.0g SÓ:0.6g

Zöldbabfőzelék (1;7;12;)

EN:213.0kcal ZS:13.5g TZS:3.7g SZH:17.1g CK:2.9g
FH:5.2g SÓ:0.6g

Teljes kiőrlésű kenyér (1;)

EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g
SÓ:0.6g

Körte

EN:93.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:2.7g
FH:0.7g SÓ:0.0g

Petrezselymes zöldségleves (1;9;)

EN:108.4kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:15.0g CK:1.0g
FH:2.7g SÓ:0.3g

Spenótos csirkés tészta (1;7;)

EN:438.8kcal ZS:10.9g TZS:5.5g SZH:57.9g CK:4.2g
FH:24.5g SÓ:1.4g

Reszelt trappista sajt (7;)

EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g
FH:10.2g SÓ:0.6g

Mandarin

EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g
FH:0.7g SÓ:0.0g

Magyaros lencseleves (1;9;10;)

EN:241.5kcal ZS:4.9g TZS:0.5g SZH:32.7g CK:0.3g
FH:11.9g SÓ:0.9g

Szárnyasragu csirkemájjal

EN:212.3kcal ZS:9.1g TZS:2.1g SZH:7.9g CK:0.0g
FH:23.0g SÓ:1.6g

Tört burgonya (12;)

EN:276.4kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:46.0g CK:0.0g
FH:6.3g SÓ:0.5g

Fahéjas almaleves (1;7;)

EN:162.2kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:27.9g CK:21.6g
FH:1.8g SÓ:0.0g

Panírozott halrúd (1;4;)

EN:373.0kcal ZS:18.6g TZS:1.8g SZH:31.4g CK:1.0g
FH:18.2g SÓ:0.9g

Rizi-bizi

EN:366.0kcal ZS:6.8g TZS:0.8g SZH:66.1g CK:0.0g
FH:9.9g SÓ:0.5g

Savanyúság (10;)

EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g
FH:2.0g SÓ:0.8g