

Szakácstündér	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16
Tízórai	Meggyes tea (12;) EN: 36.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Baromfi párizsi EN: 47.4 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 1.1 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.1 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.6 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;	Kakaó (dobozos) (7;) EN: 140.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.2 g; SZH: 22.0 g; CK: 18.8 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Jam EN: 105.6 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 25.6 g; CK: 25.2 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;	Tej (dobozos) (7;) EN: 112.0 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 4.0 g; SZH: 9.2 g; CK: 9.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Sárgarépas margarin EN: 53.0 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 1.4 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.1 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;	Citromos tea (12;) EN: 36.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Tonhalkrém (4;) EN: 86.8 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 7.5 g; SÓ: 0.5 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;	Kakaó (dobozos) (7;) EN: 140.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.2 g; SZH: 22.0 g; CK: 18.8 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Zöldhagymás margarin EN: 72.8 kcal; ZS: 8.0 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g; Paradicsom EN: 6.9 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;
Ebéd	Amerikai kukoricás csirkeragu leves (12;) EN: 216.0 kcal; ZS: 10.3 g; TZS: 3.9 g; SZH: 19.2 g; CK: 1.0 g; FH: 12.2 g; SÓ: 1.3 g; Káposztás kocka EN: 516.4 kcal; ZS: 17.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 83.2 g; CK: 16.7 g; FH: 5.3 g; SÓ: 0.6 g; Alma db 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;	Burgonyaleves (9;12;) EN: 120.9 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 0.5 g; SZH: 15.7 g; CK: 1.4 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.0 g; Főtt virsli EN: 105.6 kcal; ZS: 8.3 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 1.2 g; Paradicsomos káposztafőzelék (9;) EN: 315.1 kcal; ZS: 10.7 g; TZS: 1.0 g; SZH: 48.8 g; CK: 21.1 g; FH: 5.7 g; SÓ: 0.2 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;	Zöldségleves EN: 171.8 kcal; ZS: 9.6 g; TZS: 1.0 g; SZH: 19.2 g; CK: 2.6 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.1 g; Szárnyszerű vitél módra EN: 209.4 kcal; ZS: 9.3 g; TZS: 1.7 g; SZH: 15.5 g; CK: 6.7 g; FH: 15.0 g; SÓ: 0.9 g; Rizs köret (12;) EN: 312.1 kcal; ZS: 7.6 g; TZS: 0.9 g; SZH: 53.9 g; CK: 0.0 g; FH: 5.7 g; SÓ: 0.2 g;	Reszelt tészta leves EN: 157.4 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 0.8 g; SZH: 19.4 g; CK: 3.1 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.3 g; Sült csirkecombfilé EN: 192.9 kcal; ZS: 10.3 g; TZS: 2.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 23.1 g; SÓ: 0.8 g; Petrezselymes burgonya (12;) EN: 261.0 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 2.8 g; SZH: 40.8 g; CK: 0.0 g; FH: 5.5 g; SÓ: 0.4 g; Csemege uborka * (10;12;) EN: 7.7 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.3 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.2 g;	Zellerkrémleves (9;) EN: 159.6 kcal; ZS: 13.2 g; TZS: 4.0 g; SZH: 8.4 g; CK: 1.0 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g; Citromos halragu (4;) EN: 231.2 kcal; ZS: 11.9 g; TZS: 6.5 g; SZH: 7.5 g; CK: 0.4 g; FH: 11.7 g; SÓ: 0.9 g; Sárgarépas rizs EN: 381.7 kcal; ZS: 8.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 68.3 g; CK: 2.3 g; FH: 8.5 g; SÓ: 0.9 g;
Uzsonna	Magyaros margarin EN: 126.0 kcal; ZS: 14.0 g; TZS: 7.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Lapka sajt (7;) EN: 91.1 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 3.8 g; SZH: 3.0 g; CK: 3.0 g; FH: 7.1 g; SÓ: 0.9 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g; Kígyóuborka EN: 3.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	Sült pulykahúskrém EN: 67.3 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g; Savanyúkáposzta EN: 14.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 2.4 g; CK: 1.4 g; FH: 0.8 g; SÓ: 1.3 g;	Füstölt csirkemellsonka EN: 27.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.2 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.8 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Méz EN: 121.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 33.0 g; CK: 32.9 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 139.2 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 25.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g;