

Szakácsstündér	Hétfő 11.10	Kedd 11.11	Szerda 11.12	Csütörtök 11.13	Péntek 11.14
Ebéd	Csokonai sertésragu leves (1;7;9;10;12;) EN:169.0kcal ZS:8.2g TZS:2.8g SZH:8.1g CK:1.1g FH:13.9g SÓ:0.6g CA:12.0mg Mákos metélt (1;) EN:578.1kcal ZS:13.3g TZS:1.9g SZH:95.9g CK:31.4g FH:16.7g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:211.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:41.4g CK:0.7g FH:7.8g SÓ:0.0g alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Magyaros tarhonyaleves (1;12;) EN:302.6kcal ZS:18.9g TZS:2.1g SZH:27.4g CK:0.8g FH:4.4g SÓ:1.3g Székelykáposzta (1;) EN:349.5kcal ZS:26.8g TZS:6.7g SZH:9.8g CK:0.0g FH:17.0g SÓ:4.6g CA:0.0mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:211.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:41.4g CK:0.7g FH:7.8g SÓ:0.0g	Sütőtök krémleves (1;7;12;) EN:212.6kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:31.1g CK:13.7g FH:3.6g SÓ:0.1g CA:0.0mg Debreceni sertéstokány EN:352.0kcal ZS:20.9g TZS:6.8g SZH:2.9g CK:0.0g FH:24.1g SÓ:5.7g Petrezselymes burgonya (12;) EN:398.0kcal ZS:12.6g TZS:5.6g SZH:57.2g FH:7.8g SÓ:1.2g Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Paradicsomleves (1;9;) EN:178.1kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:31.0g CK:5.4g FH:5.1g SÓ:0.9g Pulyka piláf EN:431.9kcal ZS:7.5g TZS:1.7g SZH:63.2g CK:0.0g FH:28.2g SÓ:1.6g CA:0.0mg Káposztasaláta EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Gombaleves (1;3;9;) EN:43.7kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:6.3g CK:1.5g FH:3.4g SÓ:1.4g Sült virsli EN:265.0kcal ZS:22.9g TZS:7.0g SZH:2.7g CK:0.3g FH:11.9g SÓ:2.2g Sárgaborsó főzelék (1;) EN:374.7kcal ZS:7.8g TZS:0.8g SZH:53.7g CK:4.6g FH:20.7g SÓ:0.0g CA:0.0mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:211.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:41.4g CK:0.7g FH:7.8g SÓ:0.0g alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g