

Week 3.																				
MONDAY				TUESDAY				WEDNESDAY				THURSDAY				FRIDAY				
		small	large			small	large			small	large			small	large			small	large	
Soups	Hungarian-Style Turkey Ragu Soup	610	870	kca:188 sz:8 sz:14 f:19 al:9	Frankfurt Soup	610	870	kca:308 sz:28 sz:8 f:8 al:7,9	Chicken Gulash	610	870	kca:140 sz:6 sz:11 f:12 al:9	Palóc Soup	610	870	kca:126 sz:7 sz:8 f:8 al:7,9	Pork Ragu Soup	610	870	kca:127 sz:5 sz:12 f:8 al:7,10,9
	Green Bean Soup with Tarhonya (Boiled Pasta)	470	710	kca:280 sz:19 sz:29 f:15 al:1,9	Tomato Soup	470	710	kca:156 sz:0 sz:35 f:2 al:1,9	Bean Soup	470	710	kca:324 sz:12 sz:32 f:16 al:7,9	Hot and Sour Soup	470	710	kca:111 sz:6 sz:9 f:7 al:3,6	Broccoli Cream Soup	470	710	kca:92 sz:3 sz:10 f:5 al:1
	Fruit Soup	470	710	kca:222 sz:6 sz:38 f:2 al:1	Minty Currant Fruit Soup	470	710	kca:252 sz:5 sz:11 f:2 al:1	Dried Plum Soup	470	710	kca:207 sz:6 sz:34 f:2 al:1	Sour Cherry Soup with Joghurt	470	710	kca:98 sz:4 sz:17 f:3 al:1	Mixed Fruit Soup	470	710	kca:222 sz:6 sz:38 f:2 al:1
Chef'S Special	Green Bean Soup with Tarhonya Breaded Pork with Chili, Creampotato with Cheese	2300	kca:715 sz:34 sz:64 f:60 al:1,6,3,7	Frankfurt Soup Beef stew with croquet	2300	kca:697 sz:48 sz:227 f:41 al:1,7,9	Bean Soup Vadas-style Roasted Turkey, Dumpling	2300	kca:1130 sz:29 sz:227 f:41 al:1,7,9,10	Palóc Soup Cabbage with Smoked Pork, baked potato	2300	kca:1032 sz:82 f:42 sz:28 al:5	Broccoli Cream Soup Chicken Breast with Vegetable	2300	kca:730 sz:33 sz:10 f:3 al:1,7,9					
Budget-Friendly Menu	Hungarian-Style Turkey Ragu Soup Székelykáposzta (Cabbage with meat)	1880	kca:609 sz:30 sz:28 f:44 al:7,9	Frankfurt Soup Spagetti Carbonara	1880	kca:1071 sz:72 sz:67 f:58 al:1,7,9	Chicken Gulash Vargabéles (Hungarian sweet cottage cheese noodle pie)	1880	kca:470 sz:26 sz:44 f:38 al:1,7,9,3	Hot and Sour Soup Italian casserole pasta	1880	kca:504 sz:24 sz:46 f:32 al:3,6,7	Pork Ragu Soup Green Pea stew, meatball	1880	kca:641 sz:37 sz:46 f:26 al:1,7,9					
Fitness Menu	Hungarian-Style Turkey Ragu Soup Roasted Chicken breast with caramelized plum, brown rice	2200	kca:484 sz:22 sz:17 f:47 al:9	Tomato Soup Kung-pao Chicken, Rice	2200	kca:375 sz:120 sz:43 f:22 al:1,8,9	Bean Soup Fish with Polenta	2200	kca:638 sz:19 sz:58 f:50 al:5,7,6	Hot and Sour Soup Chicken Breast with Ajvar, Rice with Spinach	2200	kca:468 sz:22 sz:41 f:59 al:3,6	Broccoli Cream Soup Grilled Chicken Breast with Chili and Peach, Rice	2200	kca:600 sz:30 sz:52 f:55 al:1					
Vega Menu	Green Bean Soup with tarhonya Mac and cheese	1880	kca:856 sz:57 sz:65 f:49 al:1,3,7,9	Paradicsomleves Francia rakott burgonya	1880	kca:315 sz:6 sz:59 f:7 al:1,3,7,9	Bean Soup Pasta with Potato	1880	kca:944 sz:45 sz:117 f:39 al:1,7,9	Hot and Sour Soup Vegetable Medallion, Cream Potato	1880	kca:462 sz:13 sz:69 f:28 al:3,6,7	Broccoli Cream Soup Zucchini vegetable stew	1880	kca:321 sz:17 sz:27 f:16 al:1,9					
Ready-made Dishes	Bacska-style meet and rice	1850	kca:483 sz:24 sz:27 f:38 al:-	Chicken Drumstick with Red Pesto	1390	kca:540 sz:28 sz:11 f:73 al:-	Spicy Pork Slice	1370	kca:152 sz:6 sz:7 f:16 al:-	Chicken Drumstick with Vegetable stew	1390	kca:163 sz:6 sz:19 al:-	Chicken Breast with Cheese	1370	kca:162 sz:14 sz:13 al:1,7					
Freshly Grilled	Breaded Chicken Breast	1370	kca:173 sz:4 sz:- f:34 al:1,3	Cordon bleu	1370	kca:522 sz:35 sz:15 f:36 al:1,3,7	Breaded Pork with Seeds	1370	kca:294 sz:12 sz:17 f:28 al:1,3,11	Breaded Chicken Breast with Camambert	1490	kca:549 sz:35 sz:26 f:32 al:1,3,7	Breaded Chicken Breast	1370	kca:173 sz:14 sz:- f:34 al:1,3					
	Breaded Cheese	1300	kca:601 sz:42 sz:20 f:33 al:1,3,7	Breaded Mushroom	1100	kca:255 sz:13 sz:23 f:11 al:1,3	Breaded Cheese	1300	kca:601 sz:42 sz:20 f:33 al:1,3,7	Breaded Cauliflower	1100	kca:226 sz:13 sz:22 f:6 al:1,3	Breaded Cheese	1300	kca:601 sz:42 sz:20 f:33 al:1,3,7					
Vegetable Stew	Lentil stew	920	kca:115 sz:2 sz:15 f:17 al:1,7	Green Pea Stew	920	kca:205 sz:5 sz:30 f:12 al:1,7	Potato stew	920	kca:431 sz:3 sz:49 f:7 al:1,7	Bean stew	920	kca:276 sz:14 sz:13 f:34 al:1	Green Pea stew	920	kca:220 sz:12 sz:20 f:4 al:7,1					
Toppings	Sausage	540	kca:424 sz:37 sz:22 f:22 al:6	Sausage	750	kca:424 sz:37 sz:22 f:22 al:1	Meatball	690	kca:190 sz:10 sz:13 f:11 al:1,3	Sausage	540	kca:424 sz:37 sz:22 f:22 al:6	Meatball	690	kca:190 sz:10 sz:13 f:11 al:1,3					
	Boiled Egg	250	kca:81 sz:6 sz:1 f:7 al:3	Vegetable Medallion	540	kca:85 sz:6 sz:6 f:3 al:3	Falafel	540	kca:111 sz:5 sz:11 f:5 al:1	Boiled Egg	250	kca:81 sz:6 sz:1 f:7 al:3	Boiled Egg	250	kca:81 sz:6 sz:1 f:7 al:3					
Side Dishes	Jasmine Rice	420	590	kca:288 sz:0 sz:65 f:8 al:-	Jasmine Rice	420	590	kca:288 sz:0 sz:65 f:8 al:-	Jasmine Rice	420	590	kca:288 sz:0 sz:65 f:8 al:-	Jasmine Rice	420	590	kca:288 sz:0 sz:65 f:8 al:-	Jasmine Rice	420	590	kca:288 sz:0 sz:65 f:8 al:-
	Fried Potato	420	590	kca:730 sz:36 sz:92 f:9 al:-	Steak Potato	420	590	kca:663 sz:29 sz:90 f:12 al:-	Mashed Potato	420	590	kca:231 sz:1 sz:51 f:6 al:-	Cream Potato	420	590	kca:474 sz:3 sz:93 f:17 al:7	Fried Potato	420	590	kca:730 sz:36 sz:92 f:9 al:-
	Brown rice	420	590	kca:288 sz:0 sz:65 f:8 al:-	Croquet	420	590	kca:171 sz:6 sz:27 f:3 al:1	Fried Potato	420	590	kca:730 sz:36 sz:92 f:9 al:-	Fried Potato	420	590	kca:232 sz:1 sz:52 f:9 al:-	Couscouse	420	590	kca:280 sz:- sz:58 f:9 al:1
	Steamed Vegetable	420	590	kca:102 sz:1 sz:17 f:5 al:8	Broccoli with Almond	490	690	kca:102 sz:1 sz:17 f:5 al:8	Green Bean	420	590	kca:102 sz:1 sz:17 f:5 al:-	Caramelized baby carrots	490	690	kca:102 sz:1 sz:17 f:5 al:-	Wok Vegetable	490	690	kca:102 sz:1 sz:17 f:5 al:-
Desserts	Donut	450	kca:226 sz:10 sz:31 f:4 al:1,3,7	Noodles with Nutella	990	kca:524 sz:14 sz:110 f:14 al:1,8	Császármarosza (Hungarian sweet pasta with Jam)	1050	kca:585 sz:18 sz:89 f:13 al:3,9	Darázsfészek (Sweet Dough with Vanilla sauce)	1050	kca:423 sz:14 sz:61 f:11 al:3,7	Churros	990	kca:419 sz:25 sz:41 f:8 al:1,3,7					

