

Gasztvital	Hétfő 04.28	Kedd 04.29	Szerda 04.30	Csütörtök 05.01	Péntek 05.02
Ebéd A	Bakonyi sertés betyárleves (1;7;) EN:288.0kcal ZS:17.5g TZS:4.6g SZH:13.9g CK:2.3g FH:18.1g SÓ:1.3g CA:36.0mg Tejberizs (7;) EN:389.6kcal ZS:4.7g TZS:0.1g SZH:72.5g CK:26.0g FH:15.5g SÓ:0.9g CA:360.0mg Fahéj szórat EN:68.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:17.0g CK:16.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Alma EN:40.3kcal ZS:0.5g SZH:8.1g FH:0.5g	Zöldséges tarhonyaleves (1;) EN:151.0kcal ZS:8.3g TZS:1.6g SZH:15.4g CK:2.2g FH:3.0g SÓ:0.8g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:162.4kcal ZS:11.6g TZS:3.5g FH:13.9g Sóska mártás (1;7;) EN:113.8kcal ZS:1.5g TZS:0.3g SZH:19.5g CK:5.3g FH:4.6g SÓ:9.9g CA:72.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:122.2kcal ZS:0.3g SZH:23.9g FH:3.3g SÓ:1.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Mandarin EN:67.5kcal SZH:14.7g FH:1.1g	BrokkolikréMLEVES (1;7;) EN:178.0kcal ZS:5.9g TZS:0.1g SZH:23.8g CK:1.5g FH:7.0g SÓ:1.4g CA:0.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Zöldséges pulykaapró EN:315.2kcal ZS:21.0g TZS:2.8g SZH:8.1g CK:0.4g FH:22.1g SÓ:1.4g CA:0.0mg Bulgur köret (1;) EN:435.2kcal ZS:14.9g TZS:1.4g SZH:63.0g CK:9.0g FH:11.7g SÓ:0.9g Körte EN:59.8kcal SZH:13.8g CK:1.7g FH:0.5g		
Ebéd B	Bakonyi sertés betyárleves (1;7;) EN:288.0kcal ZS:17.5g TZS:4.6g SZH:13.9g CK:2.3g FH:18.1g SÓ:1.3g CA:36.0mg Tejföl (7;) EN:39.6kcal ZS:3.6g SZH:1.1g CK:1.1g FH:0.8g SÓ:0.0g Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g FH:7.8g SÓ:0.4g CA:240.0mg Spagetti (1;) EN:397.0kcal ZS:10.6g TZS:1.3g SZH:64.5g CK:3.1g FH:11.3g SÓ:1.3g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Alma EN:40.3kcal ZS:0.5g SZH:8.1g FH:0.5g	Zöldséges tarhonyaleves (1;) EN:151.0kcal ZS:8.3g TZS:1.6g SZH:15.4g CK:2.2g FH:3.0g SÓ:0.8g CA:0.0mg Sertés vagdalt (1;3;) EN:523.6kcal ZS:35.6g TZS:7.4g SZH:32.2g CK:0.8g FH:18.4g SÓ:1.9g CA:0.0mg Paradicsomos káposzta (1;) EN:313.5kcal ZS:5.2g TZS:0.6g SZH:58.8g CK:33.0g FH:5.9g SÓ:0.6g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Mandarin EN:67.5kcal SZH:14.7g FH:1.1g	BrokkolikréMLEVES (1;7;) EN:178.0kcal ZS:5.9g TZS:0.1g SZH:23.8g CK:1.5g FH:7.0g SÓ:1.4g CA:0.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Bolognai spagetti sertés (1;) EN:808.5kcal ZS:27.7g TZS:9.4g SZH:102.9g CK:40.0g FH:37.1g SÓ:19.3g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:160.0mg Körte EN:59.8kcal SZH:13.8g CK:1.7g FH:0.5g		
Összesítés	EN: 1853.1 kcal; ZS: 63.7 g; TZS: 15.9 g; SZH: 240.6 g; CK: 51.5 g; FH: 77.9 g; SÓ: 6.1 g; CA: 672.0 mg;	EN: 1938.9 kcal; ZS: 72.2 g; TZS: 15.4 g; SZH: 246.5 g; CK: 43.5 g; FH: 63.7 g; SÓ: 16.5 g; CA: 72.0 mg;	EN: 2203.9 kcal; ZS: 86.5 g; TZS: 19.9 g; SZH: 259.8 g; CK: 57.2 g; FH: 92.7 g; SÓ: 24.9 g; CA: 160.0 mg;		

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.