

Gasztvital	Hétfő 06.02	Kedd 06.03	Szerda 06.04	Csütörtök 06.05	Péntek 06.06
Ebéd	Kassai burgonyaleves (sertés tarjával, tejföllel készül) (1;7;12;) EN:220.5kcal ZS:9.5g TZS:4.8g SZH:23.0g CK:1.4g FH:8.9g SÓ:2.3g CA:30.0mg Sokmagvas pogácsa (1;3;7;) EN:471.6kcal ZS:14.1g TZS:3.3g SZH:71.5g CK:1.0g FH:12.0g SÓ:1.0g CA:24.0mg teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	Gombaleves (1;3;9;) EN:46.8kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:6.9g CK:1.5g FH:3.5g SÓ:1.6g Sertés aprópecsenye EN:187.7kcal ZS:10.4g TZS:2.3g SZH:3.0g CK:0.0g FH:19.0g SÓ:1.3g CA:0.0mg Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:425.4kcal ZS:12.7g TZS:3.4g SZH:50.7g CK:16.4g FH:21.7g SÓ:0.9g CA:210.0mg teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	Paradicsomleves (1;9;) EN:215.0kcal ZS:5.2g TZS:0.6g SZH:36.2g CK:14.3g FH:4.5g SÓ:1.0g Panírozott dino szelet (1;3;6;7;9;10;) EN:400.8kcal ZS:29.4g TZS:4.4g SZH:23.0g CK:0.8g FH:9.5g SÓ:1.3g Rizs köret EN:560.5kcal ZS:5.0g TZS:0.7g SZH:116.3g FH:13.9g SÓ:0.0g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN:325.2kcal ZS:20.5g TZS:5.3g SZH:17.6g CK:1.4g FH:15.5g SÓ:1.6g CA:0.0mg Dejő szórát (1;) EN:216.4kcal ZS:7.5g TZS:0.6g SZH:29.3g CK:20.5g FH:6.6g Főtt tészta (1;) EN:393.6kcal ZS:9.7g TZS:1.3g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	Tavaszi zöldségleves (1;3;9;) EN:107.5kcal ZS:4.2g TZS:0.5g SZH:13.4g CK:3.3g FH:3.3g SÓ:0.1g Csirkepaprikás (1;7;) EN:283.5kcal ZS:17.5g TZS:5.4g SZH:7.8g CK:0.9g FH:22.6g SÓ:1.2g CA:0.0mg Bulgur köret (1;) EN:368.6kcal ZS:3.8g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.0g alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g
Vacsora	Baromfi párizsi EN:81.2kcal ZS:6.8g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.4g FH:4.4g SÓ:0.8g margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:56.4g CK:1.7g FH:8.7g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g	Meggyes tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Bundás kenyér (1;3;) EN:422.2kcal ZS:19.9g TZS:2.5g SZH:51.9g CK:0.2g FH:7.6g SÓ:2.1g	Tökfőzelék (1;7;12;) EN:244.2kcal ZS:13.3g TZS:4.2g SZH:26.6g CK:5.6g FH:4.1g SÓ:1.1g CA:0.0mg Sertés pörkölt EN:190.5kcal ZS:11.3g TZS:2.3g SZH:3.7g CK:0.0g FH:17.1g SÓ:1.6g CA:0.0mg fehér kenyér (1;) EN:192.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:38.3g CK:0.1g FH:6.9g SÓ:1.0g	Sonkás szelet EN:38.0kcal ZS:2.0g TZS:0.8g SZH:0.2g CK:0.1g FH:4.8g SÓ:1.0g margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:56.4g CK:1.7g FH:8.7g Kígyóuborka EN:4.8kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Csokis croissant (1;3;6;7;) EN:448.0kcal ZS:28.0g TZS:15.0g SZH:42.0g CK:15.0g FH:6.0g SÓ:0.5g