

GasztViTál	Hétfő 06.09	Kedd 06.10	Szerda 06.11	Csütörtök 06.12	Péntek 06.13
Ebéd		Sült kolbász EN:396.0kcal ZS:38.9g TZS:15.6g SZH:2.1g CK:0.1g FH:9.4g SÓ:2.1g Lencsefőzelék (1;7;10;12;) EN:467.7kcal ZS:14.7g TZS:4.1g SZH:55.7g CK:5.2g FH:20.8g SÓ:1.9g CA:0.0mg	Borsos sertés tokány (1;9;) EN:208.4kcal ZS:9.4g TZS:2.5g SZH:5.9g CK:0.0g FH:23.5g SÓ:1.8g CA:0.0mg Tarhonya (1;) EN:428.7kcal ZS:9.8g TZS:1.3g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.0g	Lecsós csirkemáj (1;) EN:197.1kcal ZS:11.3g TZS:2.3g SZH:4.6g CK:0.0g FH:17.5g SÓ:3.1g CA:0.0mg Rizs köret EN:564.6kcal ZS:5.5g TZS:0.7g SZH:116.3g FH:13.9g SÓ:0.0g	Jócai bablevés (1;7;9;) EN:388.8kcal ZS:29.2g TZS:11.2g SZH:18.8g CK:3.8g FH:10.5g SÓ:4.3g CA:0.0mg