

Gasztvital	Hétfő 06.30	Kedd 07.01	Szerda 07.02	Csütörtök 07.03	Péntek 07.04
Ebéd	Sertés gulyásleves (1;3;9;12;) EN:211.2kcal ZS:10.5g TZS:1.8g SZH:13.8g CK:1.2g FH:12.7g SÓ:1.8g CA:0.0mg Piskóta kocka (1;3;) EN:136.8kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:30.6g CK:27.0g FH:1.3g SÓ:0.1g Csokoládé öntet (7;) EN:90.9kcal ZS:1.7g TZS:1.1g SZH:15.1g CK:15.0g FH:3.5g SÓ:0.1g CA:120.0mg Alma EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Zöldségleves (1;) EN:100.7kcal ZS:3.8g TZS:0.4g SZH:12.2g CK:0.2g FH:0.8g SÓ:1.1g CA:0.0mg Sertés sült EN:182.6kcal ZS:10.6g TZS:2.5g SZH:0.0g CK:0.0g FH:20.5g SÓ:0.7g CA:0.0mg Sárgaborsó főzelék (1;) EN:343.9kcal ZS:6.9g TZS:0.7g SZH:50.1g CK:4.1g FH:18.8g SÓ:0.2g 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	Paradicsomleves (1;6;) EN:210.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:36.7g CK:18.5g FH:3.4g SÓ:1.1g Panírozott halrúd (1;4;) EN:527.2kcal ZS:40.3g TZS:4.2g SZH:25.1g CK:0.8g FH:14.5g SÓ:0.8g Kukoricás bulgur (1;) EN:359.5kcal ZS:8.0g TZS:0.7g SZH:60.2g CK:10.7g FH:11.1g SÓ:1.3g Savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g	Árpagyöngyleves (1;9;) EN:60.5kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:7.6g CK:0.1g FH:0.9g SÓ:1.3g Csirkepörkölt EN:167.5kcal ZS:9.4g TZS:1.8g SZH:3.2g CK:0.0g FH:16.1g SÓ:1.4g CA:0.0mg Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:347.9kcal ZS:8.8g TZS:1.9g SZH:47.3g CK:19.0g FH:15.7g SÓ:1.7g CA:120.0mg Nektarin EN:39.2kcal SZH:9.1g FH:0.3g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Őszibarack krémleves (1;7;) EN:169.7kcal ZS:4.1g TZS:2.7g SZH:31.2g CK:22.0g FH:2.5g SÓ:0.6g CA:40.0mg Tavaszi rizseshús (9;) EN:492.2kcal ZS:8.3g TZS:1.8g SZH:77.0g CK:1.4g FH:27.9g SÓ:1.5g CA:0.0mg Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g