

Gasztvital	Hétfő 06.30	Kedd 07.01	Szerda 07.02	Csütörtök 07.03	Péntek 07.04
Ebéd	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:256.0kcal ZS:5.2g TZS:4.2g SZH:47.2g CK:32.0g FH:3.4g SÓ:0.7g CA:0.0mg Zöldséges rizseshús (csirke) EN:572.6kcal ZS:8.7g TZS:1.7g SZH:98.8g CK:2.3g FH:24.9g SÓ:1.7g CA:0.0mg Cékla saláta (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g FH:1.4g SÓ:0.8g fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Lebbencs leves (1;3;9;12;) EN:227.5kcal ZS:9.9g TZS:1.7g SZH:27.9g CK:0.9g FH:4.9g SÓ:1.8g CA:0.0mg Sertés vagdalt (1;3;6;7;10;) EN:660.7kcal ZS:45.9g TZS:9.1g SZH:38.3g CK:0.6g FH:22.5g SÓ:2.5g CA:0.0mg Finomfőzelék (1;7;) EN:375.1kcal ZS:14.3g TZS:4.7g SZH:49.0g CK:12.1g FH:11.3g SÓ:2.0g CA:115.5mg fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Halgaluska leves (1;3;4;9;) EN:382.2kcal ZS:10.2g TZS:2.8g SZH:42.7g CK:1.3g FH:24.4g SÓ:0.9g Gránátos kocka (1;3;12;) EN:495.0kcal ZS:8.2g TZS:1.2g SZH:87.5g CK:1.2g FH:13.8g SÓ:1.4g CA:0.0mg alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Köménymag leves (1;) EN:89.4kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:4.2g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:1.6g CA:0.0mg levesgyöngy (1;3;) EN:43.1kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:7.1g FH:1.1g SÓ:0.1g Sült csirkecomb filé EN:165.4kcal ZS:8.1g TZS:1.9g SZH:0.1g CK:0.0g FH:21.5g SÓ:1.5g CA:0.0mg Sárgaborsó főzelék (1;) EN:394.2kcal ZS:9.2g TZS:1.0g SZH:55.0g CK:4.6g FH:20.8g SÓ:0.5g CA:0.0mg fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Tejfölös karalábé leves (1;3;7;) EN:137.6kcal ZS:6.3g TZS:3.0g SZH:14.1g CK:6.4g FH:4.3g SÓ:0.5g CA:41.2mg Pincepörkölt (sertés) EN:598.8kcal ZS:23.2g TZS:6.3g SZH:66.4g CK:0.0g FH:23.5g SÓ:1.7g CA:0.0mg Házi káposztasaláta EN:62.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:13.2g CK:7.5g FH:1.6g SÓ:1.3g CA:0.0mg fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g