

Gasztvital	Hétfő 06.30	Kedd 07.01	Szerda 07.02	Csütörtök 07.03	Péntek 07.04
Tízórai	Limonádé EN: 27.3 kcal; SZH: 6.1 g; CK: 5.2 g; FH: 0.1 g; Brokkolikrém EN: 143.8 kcal; ZS: 15.2 g; TZS: 7.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.6 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.4 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Vaníliás rizsital EN: 196.2 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 39.0 g; CK: 14.4 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.2 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Limonádé EN: 27.3 kcal; SZH: 6.1 g; CK: 5.2 g; FH: 0.1 g; Tonhalkrém (4;10;) EN: 195.1 kcal; ZS: 19.2 g; TZS: 6.0 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 5.3 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Rizs ital EN: 130.0 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 26.0 g; CK: 9.6 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.2 g; Cukkiníkrém EN: 51.4 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 0.5 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.4 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Citromos tea EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; magyaros margarinkrém EN: 216.0 kcal; ZS: 24.0 g; TZS: 7.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;
Ebéd	Sertés gulyás leves (9;12;) EN: 214.3 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 1.7 g; SZH: 16.8 g; CK: 0.1 g; FH: 10.1 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara rizsitalból EN: 497.1 kcal; ZS: 5.8 g; TZS: 0.9 g; SZH: 106.6 g; CK: 58.3 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.5 g; Kakaó szórát EN: 122.3 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 27.4 g; CK: 27.0 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Zöldségleves (9;12;) EN: 104.1 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 13.7 g; CK: 1.8 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.9 g; Sertéssült EN: 148.4 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 2.0 g; FH: 20.5 g; SÓ: 1.2 g; Fejtet babfőzelék (12;) EN: 214.7 kcal; ZS: 7.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 24.1 g; CK: 1.8 g; FH: 8.6 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;	Paradicsomleves (9;) EN: 324.6 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 61.4 g; CK: 33.1 g; FH: 5.9 g; SÓ: 1.7 g; Sült csirkecomb EN: 428.8 kcal; ZS: 29.3 g; TZS: 10.0 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 38.1 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Kukoricás rizs EN: 433.7 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 0.9 g; SZH: 80.8 g; CK: 3.4 g; FH: 9.9 g; SÓ: 1.6 g; Csemege uborka * (10;12;) EN: 8.8 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.3 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.4 g;	Magyaros reszeltészta leves (9;12;) EN: 97.1 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 16.2 g; CK: 0.0 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Csirkepörkölt EN: 145.3 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 1.5 g; SZH: 2.8 g; CK: 0.0 g; FH: 19.2 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Tökfőzelék EN: 270.2 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 1.2 g; SZH: 38.6 g; CK: 7.6 g; FH: 3.7 g; SÓ: 1.4 g;	Őszibarackkrémleves EN: 261.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 63.9 g; CK: 35.9 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Zöldséges sertésrizseshús EN: 545.2 kcal; ZS: 9.9 g; TZS: 2.2 g; SZH: 86.0 g; CK: 0.0 g; FH: 27.7 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg;
Uzsonna	Baromfi párizsi EN: 101.5 kcal; ZS: 8.5 g; TZS: 3.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.5 g; FH: 5.5 g; SÓ: 1.0 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;	Zöldhagymás margarin EN: 108.0 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 3.8 g; SÓ: 0.1 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Jégcsapretek EN: 7.5 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.1 g; FH: 0.6 g;	Házi zöldségkrém EN: 35.2 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 3.4 g; CK: 1.1 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.4 g; Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	Mátrai csemege szalámi EN: 120.0 kcal; ZS: 11.3 g; TZS: 4.8 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.1 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.7 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Padlizsánkrém (10;) EN: 120.6 kcal; ZS: 12.2 g; TZS: 3.8 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.1 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;