

Gasztvital	Hétfő 12.15	Kedd 12.16	Szerda 12.17	Csütörtök 12.18	Péntek 12.19
Ebéd A	Francia hagymaleves (1;7;) EN:207.5kcal ZS:12.3g TZS:8.4g SZH:20.1g CK:0.8g FH:3.5g SÓ:1.5g Pirított kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Sertéspörkölt EN:410.3kcal ZS:34.0g TZS:12.6g SZH:3.0g CK:0.0g FH:22.1g SÓ:2.0g Pirított tarhonya (1;) EN:516.8kcal ZS:19.6g TZS:2.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.5g Savanyított ecetes almapaprika (vödrös) 0,08 KG (10;12;) EN:16.0kcal ZS:0.2g SZH:2.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:1.6g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Minestrone leves (1;7;9;) EN:184.6kcal ZS:8.3g TZS:2.7g SZH:17.5g CK:3.2g FH:7.5g SÓ:1.9g Rakott burgonya Alk. (1;3;6;7;) EN:750.3kcal ZS:34.6g TZS:11.1g SZH:77.2g CK:3.5g FH:23.4g SÓ:1.5g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Zellerkrémleves* (1;7;9;) EN:201.6kcal ZS:13.0g TZS:5.8g SZH:13.5g CK:4.4g FH:4.7g SÓ:1.8g Pirított kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Saslik EN:933.7kcal ZS:76.4g TZS:31.1g SZH:10.4g CK:1.9g FH:48.2g SÓ:3.4g Tepsis burgonya EN:440.1kcal ZS:10.0g TZS:1.0g SZH:69.9g FH:9.5g SÓ:1.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Frankfurti leves/F(virslí) (1;7;) EN:387.2kcal ZS:27.4g TZS:10.7g SZH:17.5g CK:1.2g FH:16.7g SÓ:3.2g Csőbensült túrós palacsinta 3db/adag (1;3;7;) EN:714.1kcal ZS:34.4g TZS:14.4g SZH:73.7g CK:32.2g FH:24.8g SÓ:0.7g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Csontleves (finom metélt) Alk. (1;) EN:114.9kcal ZS:2.4g TZS:0.5g SZH:18.5g CK:1.6g FH:4.5g SÓ:1.5g Sertéssült (comb) EN:204.7kcal ZS:11.1g TZS:2.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:24.6g SÓ:1.7g Paradicsomos káposztafőzelék (1;) EN:367.1kcal ZS:6.2g TZS:0.7g SZH:67.5g CK:37.0g FH:7.7g SÓ:1.6g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Napi összesítés	EN: 1319.2 kcal; ZS: 66.8 g; TZS: 23.5 g; SZH: 131.0 g; CK: 6.2 g; FH: 44.8 g; SÓ: 7.6 g;	EN: 1063.2 kcal; ZS: 43.5 g; TZS: 13.8 g; SZH: 120.1 g; CK: 8.6 g; FH: 35.6 g; SÓ: 5.0 g;	EN: 1744.1 kcal; ZS: 100.1 g; TZS: 38.1 g; SZH: 127.4 g; CK: 7.5 g; FH: 68.5 g; SÓ: 7.7 g;	EN: 1221.8 kcal; ZS: 62.3 g; TZS: 25.2 g; SZH: 115.2 g; CK: 34.2 g; FH: 45.8 g; SÓ: 4.6 g;	EN: 807.1 kcal; ZS: 20.1 g; TZS: 4.1 g; SZH: 110.0 g; CK: 39.5 g; FH: 41.1 g; SÓ: 5.6 g;

GasztViTál	Hétfő 12.15	Kedd 12.16	Szerda 12.17	Csütörtök 12.18	Péntek 12.19
Ebéd B	Meggyleves* (1;7;) EN:309.5kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:61.5g CK:53.0g FH:3.3g SÓ:1.0g Rántott sertésszelet Alk. (1;3;) EN:1085.9kcal ZS:86.3g TZS:12.3g SZH:44.3g CK:0.4g FH:32.5g SÓ:2.1g Sült burgonya (280g)* EN:584.7kcal ZS:36.0g TZS:7.2g SZH:54.6g CK:1.1g FH:5.6g SÓ:1.8g Tartármártás (3;7;10;) EN:243.0kcal ZS:22.0g TZS:8.0g SZH:7.6g CK:6.5g FH:1.8g SÓ:1.6g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Borscsleves(sertes lapocka) (1;7;12;) EN:454.9kcal ZS:30.0g TZS:9.4g SZH:26.0g CK:5.9g FH:19.8g SÓ:1.8g Darásmetélt izzel (1;) EN:736.0kcal ZS:19.7g TZS:2.5g SZH:124.3g CK:43.4g FH:12.6g SÓ:1.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Csontleves* (csigatészta) Alk. (1;3;) EN:135.2kcal ZS:2.3g TZS:0.5g SZH:22.7g CK:2.6g FH:5.3g SÓ:1.6g Chilisbab (Alk.) EN:626.6kcal ZS:18.0g TZS:5.9g SZH:77.4g CK:11.7g FH:37.2g SÓ:1.5g Párolt rizsköret (50g) EN:197.9kcal ZS:2.9g TZS:0.4g SZH:38.8g FH:4.7g SÓ:1.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Frankfurti leves/F(virslí) (1;7;) EN:387.2kcal ZS:27.4g TZS:10.7g SZH:17.5g CK:1.2g FH:16.7g SÓ:3.2g Sajtos tészta (spagetti) (1;7;) EN:584.8kcal ZS:22.9g TZS:9.6g SZH:73.2g CK:4.2g FH:20.5g SÓ:2.1g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Zöldséges grízgombóc leves (1;3;) EN:137.1kcal ZS:4.5g TZS:0.8g SZH:19.6g CK:1.4g FH:4.2g SÓ:1.0g Szárnas gyros tál (7;) EN:505.4kcal ZS:16.9g TZS:5.9g SZH:49.0g CK:3.0g FH:32.5g SÓ:2.4g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Napi összesítés	EN: 2343.6 kcal; ZS: 149.6 g; TZS: 30.8 g; SZH: 191.9 g; CK: 61.8 g; FH: 47.5 g; SÓ: 7.3 g;	EN: 1346.4 kcal; ZS: 50.5 g; TZS: 11.9 g; SZH: 181.3 g; CK: 50.1 g; FH: 37.1 g; SÓ: 4.1 g;	EN: 1080.1 kcal; ZS: 23.7 g; TZS: 6.8 g; SZH: 162.9 g; CK: 15.0 g; FH: 51.4 g; SÓ: 5.3 g;	EN: 1127.5 kcal; ZS: 51.1 g; TZS: 20.4 g; SZH: 121.7 g; CK: 6.2 g; FH: 41.9 g; SÓ: 6.0 g;	EN: 763.0 kcal; ZS: 21.9 g; TZS: 6.8 g; SZH: 92.6 g; CK: 5.2 g; FH: 41.0 g; SÓ: 4.2 g;