

Gasztvital	Hétfő 11.10	Kedd 11.11	Szerda 11.12	Csütörtök 11.13	Péntek 11.14
Ebéd	Csirke becsináltleves (1;9;12;) EN:165.9kcal ZS:6.5g TZS:1.2g SZH:11.8g CK:0.3g FH:13.0g SÓ:0.6g CA:0.0mg Piskóta kocka (1;3;) EN:143.0kcal ZS:1.9g TZS:0.0g SZH:26.7g CK:11.7g FH:2.3g SÓ:0.2g Csokoládé öntet (1;7;) EN:213.1kcal ZS:3.4g TZS:2.2g SZH:37.6g CK:28.6g FH:7.2g SÓ:0.7g CA:180.0mg Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Csontleves EN:97.4kcal ZS:4.2g TZS:1.2g SZH:8.2g CK:3.2g FH:5.9g SÓ:0.6g CA:0.0mg Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.0g Sóska mártás (1;7;) EN:194.5kcal ZS:11.1g TZS:3.1g SZH:19.4g CK:8.8g FH:2.8g SÓ:0.8g CA:18.0mg Főtt tojás (3;) EN:126.0kcal ZS:9.0g TZS:2.7g FH:10.8g Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:168.9kcal ZS:3.4g TZS:0.3g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:1.0g	FokhagymakréMLEves (1;7;) EN:181.6kcal ZS:10.9g TZS:4.6g SZH:16.4g CK:0.8g FH:3.6g SÓ:0.5g CA:36.0mg Pirított kenyérkocka (1;) EN:61.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:12.4g CK:0.6g FH:2.0g SÓ:0.1g Mexikói sertésragu (1;) EN:265.7kcal ZS:13.9g TZS:2.6g SZH:12.8g CK:4.2g FH:18.8g SÓ:0.8g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:392.5kcal ZS:5.8g TZS:0.9g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.9g	Paradicsomleves (1;) EN:307.2kcal ZS:10.1g TZS:1.1g SZH:46.2g CK:27.2g FH:5.4g SÓ:0.3g Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.0g Panírozott halrúd (1;4;) EN:373.0kcal ZS:18.6g TZS:1.8g SZH:31.4g CK:1.0g FH:18.2g SÓ:0.9g Párolt rizs EN:515.4kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:96.9g FH:11.6g SÓ:0.5g Tartármártás (3;7;10;) EN:253.8kcal ZS:22.7g TZS:6.5g SZH:9.1g CK:7.7g FH:1.4g SÓ:1.5g CA:42.0mg	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:178.9kcal ZS:4.1g TZS:2.7g SZH:32.2g CK:28.0g FH:1.6g SÓ:0.5g CA:24.0mg Pincepörkölt (sertés) (12;) EN:411.6kcal ZS:11.6g TZS:3.0g SZH:48.9g CK:0.0g FH:21.4g SÓ:0.8g CA:0.0mg Savanyúság (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g