

Gasztvital	Hétfő 12.22	Kedd 12.23	Szerda 12.24	Csütörtök 12.25	Péntek 12.26
Tízórai	Gyümölcs tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Pucolt főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g	Citromos tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Edami sajt (7;) EN:94.8kcal ZS:7.0g TZS:4.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.2g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g			
Ebéd	Fejtett bableves (1;) EN:136.7kcal ZS:4.0g TZS:0.4g SZH:18.1g CK:2.0g FH:5.1g SÓ:0.1g Morzsás nudli (1;3;6;) EN:386.1kcal ZS:3.3g TZS:0.2g SZH:56.8g CK:0.5g FH:9.5g SÓ:1.5g Vanília szórat EN:80.0kcal SZH:20.0g CK:19.5g Félbarna kenyér (ebédhez) (1;) EN:52.6kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.7g CK:0.4g FH:2.0g SÓ:0.1g	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:85.3kcal ZS:2.8g TZS:1.8g SZH:18.5g CK:14.2g FH:1.6g SÓ:0.0g Tarhonyás hús sertés (1;) EN:337.5kcal ZS:9.8g TZS:1.7g SZH:44.7g CK:2.3g FH:16.9g SÓ:0.5g Cékla saláta (10;) EN:8.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.2g CK:1.9g FH:0.7g SÓ:0.4g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g			
Uzsonna	Zöldhagymás szendvicsskrém (7;) EN:63.8kcal ZS:6.0g TZS:3.8g SZH:0.8g CK:0.6g FH:0.5g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g	Sajtos pogácsa (1;3;7;) EN:171.5kcal ZS:8.6g TZS:4.7g SZH:19.0g CK:0.7g FH:4.1g SÓ:1.1g			