

Gasztvital	Hétfő 12.15	Kedd 12.16	Szerda 12.17	Csütörtök 12.18	Péntek 12.19
Tízórai	Citromos tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Olasz felvágott EN:47.2kcal ZS:4.0g TZS:1.5g SZH:0.4g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g félbarna kenyér (1;) EN:132.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:25.9g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.0g	Vaníliás tej (7;) EN:93.0kcal ZS:2.7g TZS:1.8g SZH:11.5g CK:11.5g FH:5.9g SÓ:0.2g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Stangli (1;6;7;13;) EN:145.5kcal ZS:6.1g SZH:18.8g FH:2.8g SÓ:0.4g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tonhalkrém (4;7;10;) EN:63.4kcal ZS:5.4g TZS:2.5g SZH:0.4g CK:0.4g FH:3.3g SÓ:0.5g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Falusi kenyér (1;) EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g	Forralt tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g Soproni felvágott EN:46.4kcal ZS:3.8g TZS:1.6g SZH:0.7g CK:0.3g FH:2.4g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Falusi kenyér (1;) EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g	Citromos tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Sajtkrém (7;) EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Teljeskiórlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Hónapos retek EN:37.5kcal ZS:0.3g SZH:5.5g FH:3.0g
Ebéd	Sertés raguleves (1;9;) EN:154.8kcal ZS:9.0g TZS:2.4g SZH:9.6g CK:0.3g FH:8.1g SÓ:0.4g Tejben dara (1;7;) EN:202.0kcal ZS:2.1g TZS:1.4g SZH:38.7g CK:16.8g FH:6.8g SÓ:0.2g Kakaó szórát EN:60.8kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:12.4g CK:12.0g FH:0.7g SÓ:0.1g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:93.6kcal ZS:4.2g TZS:0.7g SZH:9.5g CK:0.2g FH:4.1g SÓ:0.0g Húsgombóc (3;12;) EN:143.8kcal ZS:8.5g TZS:2.9g SZH:8.3g CK:0.0g FH:8.7g SÓ:0.3g Paradicsommártás (1;9;) EN:98.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.4g CK:10.6g FH:2.3g SÓ:0.3g Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:112.7kcal ZS:2.3g TZS:0.2g SZH:18.4g FH:2.5g SÓ:0.5g Menü süti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Zöldbableves (1;) EN:65.4kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:7.9g CK:0.7g FH:1.7g SÓ:0.9g Csirkepaprikás (1;7;) EN:166.9kcal ZS:9.8g TZS:2.7g SZH:5.3g CK:0.3g FH:13.5g SÓ:0.5g Főtt tészta (1;) EN:257.2kcal ZS:5.9g TZS:0.8g SZH:43.2g CK:2.1g FH:7.3g SÓ:0.6g	Lebbencs leves (1;12;) EN:148.7kcal ZS:5.1g TZS:1.3g SZH:21.2g CK:0.7g FH:3.6g SÓ:0.4g Tökfőzelék (1;7;) EN:159.6kcal ZS:8.8g TZS:3.2g SZH:16.3g CK:0.5g FH:3.1g SÓ:0.2g Sertés pörkölt (1;) EN:130.9kcal ZS:7.0g TZS:1.5g SZH:3.2g CK:0.0g FH:12.8g SÓ:0.5g Félbarna kenyér (1;) EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g	Paradicsomleves (1;) EN:202.2kcal ZS:6.1g TZS:0.7g SZH:32.0g CK:19.2g FH:3.4g SÓ:0.1g Rántott csirkemell (1;) EN:236.4kcal ZS:11.5g TZS:1.3g SZH:20.0g CK:0.8g FH:13.0g SÓ:1.6g Párolt rizs EN:377.7kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:69.8g FH:8.4g SÓ:0.2g Savanyúság (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g
Uzsonna	Méz EN:15.2kcal SZH:4.1g CK:4.1g FH:0.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű 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 baromfipárizsi (7;) EN:36.8kcal ZS:3.2g TZS:1.0g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljeskiórlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g TV paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Burgonyás pogácsa (1;3;7;) EN:207.2kcal ZS:11.0g TZS:3.2g SZH:25.8g CK:0.7g FH:4.2g SÓ:1.2g	Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g SZH:0.8g FH:0.2g	Ízes levél (1;3;7;) EN:179.5kcal ZS:6.5g TZS:3.6g SZH:27.5g CK:13.5g FH:2.0g SÓ:0.2g