

Gasztvital	Hétfő 02.23	Kedd 02.24	Szerda 02.25	Csütörtök 02.26	Péntek 02.27
Tízórai	Hideg tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Sajtkrém (7;) EN:35.8kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:1.3g CK:1.3g FH:0.9g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Karamellás tej (7;) EN:99.2kcal ZS:2.7g TZS:1.8g SZH:13.0g CK:13.0g FH:5.9g SÓ:0.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:148.8kcal ZS:3.7g TZS:1.5g SZH:26.0g CK:4.2g FH:4.2g SÓ:0.3g	Málnatea - (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Olasz felvágott EN:70.8kcal ZS:6.0g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.7g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Forralt tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Molnárka (1;3;6;7;13;) EN:163.5kcal ZS:4.5g TZS:1.6g SZH:27.6g CK:4.1g FH:4.6g SÓ:0.3g	Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Sonkakrém (6;7;) EN:56.7kcal ZS:5.3g TZS:3.1g SZH:0.7g CK:0.5g FH:1.7g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g
Ebéd	Zöldségkrémleves (1;7;) EN:92.4kcal ZS:3.1g TZS:2.0g SZH:11.7g CK:3.6g FH:4.1g SÓ:1.8g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:25.0kcal ZS:1.4g TZS:0.7g SZH:2.7g CK:0.3g FH:0.4g SÓ:0.0g Rántott sajt (1;3;7;) EN:454.2kcal ZS:33.0g TZS:11.4g SZH:23.1g CK:1.5g FH:15.4g SÓ:1.4g Petrezselymes burgonya (12;) EN:255.8kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:1.7g Tartármártás (3;7;10;) EN:156.3kcal ZS:12.7g TZS:3.6g SZH:8.6g CK:7.6g FH:0.9g SÓ:0.6g	Daragaluskaleves (1;3;9;) EN:123.5kcal ZS:3.9g TZS:0.6g SZH:17.8g CK:2.9g FH:3.6g SÓ:2.0g Bélszínroló (1;6;) EN:116.5kcal ZS:7.0g TZS:2.3g SZH:7.0g CK:1.7g FH:6.5g SÓ:1.0g Fejttet babfőzelék (1;7;) EN:448.1kcal ZS:21.4g TZS:8.5g SZH:47.3g CK:6.3g FH:15.8g SÓ:1.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g	Alföldileves (9;12;) EN:175.4kcal ZS:5.3g TZS:0.7g SZH:23.7g CK:2.4g FH:4.4g SÓ:1.2g Főtt virsli EN:164.4kcal ZS:15.0g TZS:4.6g FH:7.8g SÓ:1.3g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:247.4kcal ZS:4.3g TZS:1.0g SZH:33.9g CK:6.8g FH:14.2g SÓ:1.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:48.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.0g FH:1.5g SÓ:0.3g	Reszelt tésztaleves (1;) EN:124.3kcal ZS:6.7g TZS:0.7g SZH:13.4g CK:2.8g FH:2.4g SÓ:0.9g Szárnymasapró (1;) EN:147.1kcal ZS:8.3g TZS:1.4g SZH:6.4g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.7g Zöldséges bulgur (1;) EN:215.9kcal ZS:1.4g TZS:0.0g SZH:41.9g CK:7.6g FH:8.1g SÓ:0.5g	Haséleves (1;3;9;) EN:100.9kcal ZS:2.3g TZS:0.7g SZH:11.1g CK:1.0g FH:8.3g SÓ:1.9g Morzsás nudli (1;3;) EN:584.1kcal ZS:4.6g TZS:0.3g SZH:90.6g CK:0.3g FH:13.9g SÓ:3.4g Porcukor szórat EN:82.0kcal SZH:20.0g CK:20.0g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g SZH:14.0g FH:0.8g
Uzsonna	Pulyka sonka EN:26.1kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:0.8g FH:4.5g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Trappista sajt (7;) EN:118.8kcal ZS:8.6g TZS:5.6g SZH:0.6g CK:0.0g FH:10.0g SÓ:0.8g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Túrókrém (7;) EN:123.3kcal ZS:1.8g TZS:1.1g SZH:22.9g CK:22.9g FH:4.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Póréhagyma EN:9.5kcal ZS:0.1g SZH:1.7g FH:0.6g	Halkrém (4;6;7;) EN:111.0kcal ZS:8.2g TZS:4.6g SZH:1.0g CK:0.6g FH:8.3g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g	Vaníliás puding * (7;) EN:110.3kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:17.8g CK:7.5g FH:4.9g SÓ:0.1g Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g