

Gasztvital	Hétfő 03.02	Kedd 03.03	Szerda 03.04	Csütörtök 03.05	Péntek 03.06
Tízórai	Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Natúr szendvicskrém (7;) EN:87.6kcal ZS:9.0g TZS:5.7g SZH:0.9g CK:0.8g FH:0.8g SÓ:0.3g Falusi kenyér (1;) EN:157.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:32.2g CK:1.1g FH:6.0g SÓ:0.4g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Kakaó (7;) EN:135.8kcal ZS:3.4g TZS:2.3g SZH:19.3g CK:19.0g FH:7.0g SÓ:0.2g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Sajtos kifli (1;7;) EN:160.5kcal ZS:3.6g SZH:23.8g FH:6.7g SÓ:0.5g	Gyümölcs tea (12;) EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Körözött (7;) EN:52.8kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:0.7g FH:3.6g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g Lilahagyma EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:2.5g FH:0.4g SÓ:0.0g	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:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Foszlós kalács (1;3;6;7;13;) EN:178.5kcal ZS:4.5g TZS:1.8g SZH:31.2g CK:5.1g FH:5.0g SÓ:0.4g	Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Trappista sajt (7;) EN:101.1kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:7.7g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g
Ebéd	Hamis palóclevés (1;7;12;) EN:133.4kcal ZS:7.0g TZS:3.0g SZH:14.3g CK:1.3g FH:3.1g SÓ:0.4g Paprikás burgonya virslivel (12;) EN:383.8kcal ZS:16.2g TZS:5.2g SZH:42.3g CK:0.0g FH:12.8g SÓ:1.9g Savanyúság (10;) EN:16.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.2g FH:1.5g SÓ:0.6g Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Reszelttészta leves (1;9;) EN:93.9kcal ZS:4.9g TZS:0.5g SZH:10.4g CK:1.6g FH:1.9g SÓ:0.9g Húsgombóc (3;12;) EN:169.3kcal ZS:10.5g TZS:3.6g SZH:8.3g CK:0.0g FH:10.5g SÓ:0.3g Paradicsommártás (1;9;) EN:117.0kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:24.4g CK:12.9g FH:2.7g SÓ:0.4g Főtt burgonya (12;) EN:229.4kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:36.8g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:0.5g	Tojásleves (1;3;) EN:67.8kcal ZS:5.0g TZS:0.8g SZH:3.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.1g Csirke aprópecsenye feltét (1;) EN:188.4kcal ZS:13.7g TZS:3.9g SZH:4.8g CK:0.0g FH:10.6g SÓ:0.5g Finomfőzelék (1;7;) EN:211.5kcal ZS:5.2g TZS:1.1g SZH:32.8g CK:14.8g FH:7.5g SÓ:1.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Menü süti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Petrezselymes zöldséglevés (1;) EN:87.4kcal ZS:4.5g TZS:0.5g SZH:9.2g CK:0.5g FH:1.9g SÓ:0.0g Vadas pulykaragu (1;7;10;) EN:227.5kcal ZS:13.1g TZS:5.3g SZH:12.3g CK:5.9g FH:14.2g SÓ:0.6g Főtt tészta (1;) EN:300.1kcal ZS:6.9g TZS:0.9g SZH:50.4g CK:2.5g FH:8.5g SÓ:0.8g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Magyaros karalábéleves EN:58.7kcal ZS:4.3g TZS:0.4g SZH:3.7g CK:1.0g FH:0.9g SÓ:0.1g Lecsós sertésragu (1;) EN:118.5kcal ZS:5.3g TZS:2.0g SZH:3.6g CK:0.0g FH:13.1g SÓ:1.1g Párolt rizs EN:412.3kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:77.5g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:0.5g
Uzsonna	Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:64.8kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.2g CK:0.8g FH:1.5g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g Kápia paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g	Sajtkrém (7;) EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g 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 Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Házi babkrém (7;) EN:64.5kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:4.0g CK:0.4g FH:2.2g SÓ:0.4g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g TV paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g FH:0.4g	Baromfipárizsi EN:60.9kcal ZS:5.1g TZS:1.8g SZH:0.5g CK:0.2g FH:3.3g SÓ:0.6g 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 Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g SZH:1.2g FH:0.3g	Túrós táska (1;3;6;7;13;) EN:174.4kcal ZS:8.8g TZS:3.8g SZH:24.0g CK:7.6g FH:2.9g SÓ:0.1g