

Gasztvital	Hétfő 08.18	Kedd 08.19	Szerda 08.20	Csütörtök 08.21	Péntek 08.22	Szombat 08.23	Vasárnap 08.24
Ebéd	Palóclevés (1;7;12;) EN:322.0kcal ZS:21.1g TZS:6.7g SZH:16.2g CK:2.1g FH:14.8g SÓ:1.0g CA:28.6mg Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g CA:240.0mg Tejföl (7;) EN:55.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:1.3g CK:1.3g FH:1.2g SÓ:0.0g CA:48.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Körte EN:52.0kcal SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Erőlevés (9;12;) EN:84.5kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:9.9g CK:4.9g FH:5.0g SÓ:2.5g CA:4.5mg Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.4g Házi fasírt golyó (1;3;6;) EN:132.1kcal ZS:6.7g TZS:1.7g SZH:2.7g CK:0.1g FH:14.3g SÓ:1.4g CA:0.0mg Karalábéfőzelék (1;7;) EN:178.3kcal ZS:6.0g TZS:1.9g SZH:23.0g CK:8.4g FH:4.9g SÓ:1.3g CA:73.3mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Citromos nápolyi (1;7;) EN:0.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Őszibarack leves (1;7;) EN:269.4kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:54.5g CK:43.3g FH:2.9g SÓ:0.7g CA:44.0mg Rántott halszelet (1;4;) EN:435.9kcal ZS:28.6g TZS:3.2g SZH:28.1g CK:1.0g FH:15.8g SÓ:2.2g Petrezselymes burgonya (12;) EN:312.9kcal ZS:4.9g TZS:1.0g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Csiki saláta (3;7;10;) EN:79.6kcal ZS:4.3g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:4.3g FH:1.3g SÓ:0.2g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Daragaluska leves (1;3;) EN:125.7kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:11.7g CK:2.6g FH:2.1g SÓ:1.5g Lucskos káposzta (1;) EN:154.6kcal ZS:4.5g TZS:0.4g SZH:22.2g CK:0.0g FH:5.5g SÓ:1.5g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Piskóta rolád (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g	Zöldségkrémleves (1;7;12;) EN:68.6kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:13.2g CK:2.6g FH:2.4g SÓ:2.8g CA:22.0mg Sült csirkemell EN:205.2kcal ZS:7.7g TZS:1.8g FH:31.8g SÓ:1.5g Kapor mártás (1;7;) EN:153.5kcal ZS:10.2g TZS:3.1g SZH:12.7g CK:3.7g FH:2.2g SÓ:1.4g CA:36.0mg Párolt bulgur (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:1.1g CA:0.0mg Görögdinnye EN:72.5kcal SZH:16.3g CK:4.8g FH:1.3g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Tárkonyos burgonyaleves (1;9;12;) EN:123.2kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:23.1g CK:1.4g FH:4.9g SÓ:3.0g CA:0.0mg Budapest sertésragu EN:257.5kcal ZS:19.5g TZS:5.7g SZH:5.5g CK:0.0g FH:13.8g SÓ:1.9g CA:9.3mg Rizs köret EN:398.5kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:74.4g FH:8.9g SÓ:0.3g Szilva EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zöldborsóleves (1;3;7;) EN:189.7kcal ZS:12.2g TZS:3.9g SZH:14.6g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:3.5g CA:0.0mg Sertéspörkölt EN:189.3kcal ZS:11.1g TZS:2.3g SZH:3.2g CK:0.2g FH:17.9g SÓ:1.7g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g

	Hétfő 08.18	Kedd 08.19	Szerda 08.20	Csütörtök 08.21	Péntek 08.22	Szombat 08.23	Vasárnap 08.24
Gasztvital Ebéd B	Zöldbableves (1;3;) EN:163.8kcal ZS:8.5g TZS:1.0g SZH:16.2g CK:2.9g FH:4.5g SÓ:1.7g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g CA:240.0mg Tejföl (7;) EN:55.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:1.3g CK:1.3g FH:1.2g SÓ:0.0g CA:48.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Körte EN:52.0kcal SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Erőleves (9;12;) EN:84.5kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:9.9g CK:4.9g FH:5.0g SÓ:2.5g CA:4.5mg Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.4g Zöldség gombóc (3;) EN:130.1kcal ZS:1.9g TZS:0.4g SZH:22.3g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:1.5g CA:0.0mg Karalábéféőzelék (1;7;) EN:178.3kcal ZS:6.0g TZS:1.9g SZH:23.0g CK:8.4g FH:4.9g SÓ:1.3g CA:73.3mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Citromos nápolyi (1;7;) EN:0.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Őszibarack leves (1;7;) EN:269.4kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:54.5g CK:43.3g FH:2.9g SÓ:0.7g CA:44.0mg Rántott halszelet (1;4;) EN:435.9kcal ZS:28.6g TZS:3.2g SZH:28.1g CK:1.0g FH:15.8g SÓ:2.2g Petrezselymes burgonya (12;) EN:312.9kcal ZS:4.9g TZS:1.0g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Csiki saláta (3;7;10;) EN:79.6kcal ZS:4.3g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:4.3g FH:1.3g SÓ:0.2g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Daragaluska leves (1;3;) EN:125.7kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:11.7g CK:2.6g FH:2.1g SÓ:1.5g Vega Lucskos káposzta (1;) EN:154.6kcal ZS:4.5g TZS:0.4g SZH:22.2g CK:0.0g FH:5.5g SÓ:1.5g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Piskóta rolád (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g	Zöldségkrémleves (1;7;12;) EN:68.6kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:13.2g CK:2.6g FH:2.4g SÓ:2.8g CA:22.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Boszorkány ragu vega * (6;7;10;12;) EN:219.3kcal ZS:16.1g TZS:3.4g SZH:6.4g CK:1.9g FH:11.2g SÓ:15.4g CA:80.0mg Hagymás tört burgonya (12;) EN:323.0kcal ZS:3.9g TZS:0.4g SZH:57.7g FH:7.9g SÓ:1.5g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Tárkonyos burgonyaleves (1;9;12;) EN:123.2kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:23.1g CK:1.4g FH:4.9g SÓ:3.0g CA:0.0mg Zöldborsó ragu (1;) EN:198.5kcal ZS:8.2g TZS:0.9g SZH:19.6g CK:0.0g FH:8.7g SÓ:1.7g Rizs köret EN:398.5kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:74.4g FH:8.9g SÓ:0.3g Szilva EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zöldborsóleves (1;3;7;) EN:189.7kcal ZS:12.2g TZS:3.9g SZH:14.6g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:3.5g CA:0.0mg Zöldség pörkölt EN:99.2kcal ZS:6.9g TZS:0.8g SZH:6.4g CK:1.8g FH:2.0g SÓ:1.7g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g