

GasztViTál	Hétfő 12.01	Kedd 12.02	Szerda 12.03	Csütörtök 12.04	Péntek 12.05
Ebéd	Gombaleves (1;3;) EN:144.8kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:10.6g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:0.3g CA:32.4mg Bolognai spagetti szárnyashúsból (1;) EN:581.3kcal ZS:14.8g TZS:2.4g SZH:80.4g CK:14.6g FH:29.8g SÓ:0.5g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:138.8kcal ZS:10.8g TZS:6.8g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.5g CA:320.0mg	Téli Zöldségleves (1;3;9;) EN:99.0kcal ZS:3.5g TZS:0.5g SZH:13.0g CK:1.2g FH:3.2g SÓ:1.4g CA:0.0mg Fasírt golyó (1;6;) EN:334.5kcal ZS:26.0g TZS:3.8g SZH:13.0g CK:1.0g FH:11.0g SÓ:1.8g Sárgarépa főzelék (1;7;) EN:132.9kcal ZS:4.0g TZS:0.8g SZH:20.3g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:1.1g CA:27.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Körte leves (1;7;) EN:171.1kcal ZS:5.2g TZS:3.0g SZH:31.3g CK:24.9g FH:2.8g SÓ:2.7g CA:42.0mg Rántott halrúd (1;4;) EN:282.6kcal ZS:21.0g TZS:2.2g SZH:14.3g CK:0.4g FH:8.3g SÓ:0.4g Petrezselymes burgonya (12;) EN:341.3kcal ZS:12.5g TZS:5.6g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.4g Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g	Daragaluska leves (1;3;) EN:172.2kcal ZS:10.2g TZS:1.8g SZH:15.6g CK:3.0g FH:4.1g SÓ:0.3g Főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:464.4kcal ZS:15.0g TZS:4.8g SZH:53.4g CK:5.1g FH:21.4g SÓ:0.3g CA:60.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Burgonyaleves (1;3;12;) EN:211.2kcal ZS:7.8g TZS:1.1g SZH:28.2g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:0.2g CA:0.0mg Székelykáposzta (12;) EN:292.0kcal ZS:15.0g TZS:2.9g SZH:14.1g CK:0.0g FH:23.6g SÓ:1.2g CA:0.0mg Tejföl öntet (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 Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g
Ebéd B	Gombaleves (1;3;) EN:144.8kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:10.6g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:0.3g CA:32.4mg Vega Bolognai spagetti (1;9;) EN:394.8kcal ZS:3.7g TZS:0.6g SZH:75.2g CK:7.8g FH:13.1g SÓ:1.1g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:138.8kcal ZS:10.8g TZS:6.8g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.5g CA:320.0mg	Téli Zöldségleves (1;3;9;) EN:99.0kcal ZS:3.5g TZS:0.5g SZH:13.0g CK:1.2g FH:3.2g SÓ:1.4g CA:0.0mg Vega chilis bab EN:462.0kcal ZS:10.1g TZS:1.0g SZH:60.8g CK:11.6g FH:22.9g SÓ:0.2g CA:0.0mg Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Körte leves (1;7;) EN:171.1kcal ZS:5.2g TZS:3.0g SZH:31.3g CK:24.9g FH:2.8g SÓ:2.7g CA:42.0mg Rántott halrúd (1;4;) EN:282.6kcal ZS:21.0g TZS:2.2g SZH:14.3g CK:0.4g FH:8.3g SÓ:0.4g Petrezselymes burgonya (12;) EN:341.3kcal ZS:12.5g TZS:5.6g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.4g Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g	Daragaluska leves (1;3;) EN:172.2kcal ZS:10.2g TZS:1.8g SZH:15.6g CK:3.0g FH:4.1g SÓ:0.3g Főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:464.4kcal ZS:15.0g TZS:4.8g SZH:53.4g CK:5.1g FH:21.4g SÓ:0.3g CA:60.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Burgonyaleves (1;3;12;) EN:211.2kcal ZS:7.8g TZS:1.1g SZH:28.2g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:0.2g CA:0.0mg Székelykáposzta vega (12;) EN:156.0kcal ZS:9.6g TZS:1.0g SZH:14.1g CK:0.0g FH:3.1g SÓ:1.1g CA:0.0mg Tejföl öntet (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 Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g