

Gasztvital	Hétfő 12.15	Kedd 12.16	Szerda 12.17	Csütörtök 12.18	Péntek 12.19
Ebéd	Babgulyás leves sertéshúsból (1;3;9;) EN:298.3kcal ZS:12.5g TZS:2.2g SZH:25.6g CK:0.8g FH:17.7g SÓ:0.4g CA:0.0mg Tejben dara (1;7;) EN:501.6kcal ZS:6.1g TZS:3.9g SZH:91.2g CK:25.5g FH:20.0g SÓ:0.3g CA:420.0mg Fahéj szórat EN:118.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:28.6g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g	Árpagyöngyleves (1;6;8;11;) EN:150.7kcal ZS:7.7g TZS:0.8g SZH:16.4g CK:3.4g FH:2.6g SÓ:0.4g Sült virsli EN:160.4kcal ZS:13.9g TZS:5.0g SZH:1.7g FH:7.2g SÓ:1.3g Finomfőzelék (1;7;) EN:346.6kcal ZS:14.0g TZS:4.1g SZH:40.7g CK:12.5g FH:12.3g SÓ:0.4g CA:144.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:174.2kcal ZS:13.2g TZS:4.0g SZH:11.1g CK:0.8g FH:2.5g SÓ:0.3g CA:30.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Olaszos tonhalas penne (1;4;) EN:1424.3kcal ZS:34.4g TZS:9.4g SZH:72.2g CK:9.2g FH:197.8g SÓ:0.3g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:160.0mg	Vajgaluska leves (1;3;) EN:171.8kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:20.1g CK:4.0g FH:4.4g SÓ:0.3g Csirkepörkölt EN:184.3kcal ZS:10.7g TZS:1.8g SZH:3.7g CK:0.0g FH:17.4g SÓ:0.3g CA:0.0mg Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:367.1kcal ZS:13.9g TZS:4.8g SZH:47.4g CK:1.7g FH:7.8g 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	Meggyleves (1;7;) EN:179.9kcal ZS:3.0g TZS:2.1g SZH:32.4g CK:24.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:120.0mg Kukoricás csirkeragu (1;) EN:188.1kcal ZS:8.7g TZS:1.4g SZH:8.1g CK:1.9g FH:17.9g SÓ:0.4g Rizs köret EN:395.7kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:0.2g
Ebéd B	Hamis gulyásleves (1;3;9;12;) EN:222.3kcal ZS:9.7g TZS:1.3g SZH:26.5g CK:0.3g FH:5.0g SÓ:0.3g CA:0.0mg Tejben dara (1;7;) EN:501.6kcal ZS:6.1g TZS:3.9g SZH:91.2g CK:25.5g FH:20.0g SÓ:0.3g CA:420.0mg Fahéj szórat EN:118.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:28.6g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g	Árpagyöngyleves (1;6;8;11;) EN:150.7kcal ZS:7.7g TZS:0.8g SZH:16.4g CK:3.4g FH:2.6g SÓ:0.4g Falafel (1;) EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g Finomfőzelék (1;7;) EN:346.6kcal ZS:14.0g TZS:4.1g SZH:40.7g CK:12.5g FH:12.3g SÓ:0.4g CA:144.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:174.2kcal ZS:13.2g TZS:4.0g SZH:11.1g CK:0.8g FH:2.5g SÓ:0.3g CA:30.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Olaszos tonhalas penne (1;4;) EN:1424.3kcal ZS:34.4g TZS:9.4g SZH:72.2g CK:9.2g FH:197.8g SÓ:0.3g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:160.0mg	Vajgaluska leves (1;3;) EN:171.8kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:20.1g CK:4.0g FH:4.4g SÓ:0.3g Zöldség pörkölt EN:91.2kcal ZS:6.4g TZS:0.7g SZH:7.0g CK:2.4g FH:1.3g SÓ:1.4g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:367.1kcal ZS:13.9g TZS:4.8g SZH:47.4g CK:1.7g FH:7.8g 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	Meggyleves (1;7;) EN:179.9kcal ZS:3.0g TZS:2.1g SZH:32.4g CK:24.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:120.0mg Rántott sajt (1;3;7;) EN:406.9kcal ZS:30.9g TZS:9.8g SZH:18.9g CK:1.3g FH:12.6g SÓ:1.1g CA:720.0mg Rizs köret EN:395.7kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:0.2g Majonéz (3;10;) EN:205.0kcal ZS:19.4g TZS:2.3g SZH:5.3g CK:3.5g FH:0.5g SÓ:0.8g