

Gasztvital	Hétfő 01.26	Kedd 01.27	Szerda 01.28	Csütörtök 01.29	Péntek 01.30
Ebéd	Tárkonyos csirkeragu leves (1;7;) EN:266.1kcal ZS:12.1g TZS:3.7g SZH:16.0g CK:2.2g FH:20.3g SÓ:0.4g Gránátos kocka (1;12;) EN:627.7kcal ZS:9.3g TZS:1.1g SZH:113.1g CK:3.2g FH:17.9g SÓ:0.5g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g	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 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 Édes-savanyú csirkeragu (1;) EN:244.5kcal ZS:8.9g TZS:1.6g SZH:18.9g CK:8.6g FH:21.0g SÓ:0.5g Bulgur köret (1;) EN:418.3kcal ZS:9.4g TZS:0.8g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.3g	Zabgaluska leves (1;3;) EN:133.8kcal ZS:1.9g TZS:0.5g SZH:23.5g CK:3.3g FH:5.1g SÓ:0.4g 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 Szárazbab főzelék (1;7;) EN:438.5kcal ZS:10.9g TZS:2.7g SZH:56.0g CK:6.8g FH:21.0g SÓ:0.3g 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:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:186.8kcal ZS:1.7g TZS:1.0g SZH:36.9g CK:30.5g FH:4.7g SÓ:0.1g 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 Rizs köret EN:395.7kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:0.2g Csiki mártás * (3;7;10;) EN:120.9kcal ZS:6.3g TZS:2.2g SZH:14.8g CK:12.7g FH:1.3g SÓ:0.5g	Tejfölös zöldbableves (1;7;) EN:237.5kcal ZS:14.5g TZS:4.2g SZH:19.3g CK:3.9g FH:5.9g SÓ:0.3g Sertéspörkölt EN:221.9kcal ZS:12.8g TZS:2.7g SZH:3.8g CK:0.3g FH:20.9g SÓ:0.4g 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 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	Tárkonyos zöldségleves (1;) EN:128.3kcal ZS:5.9g TZS:0.6g SZH:16.0g CK:4.0g FH:3.2g SÓ:0.4g Gránátos kocka (1;12;) EN:627.7kcal ZS:9.3g TZS:1.1g SZH:113.1g CK:3.2g FH:17.9g SÓ:0.5g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g	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 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 Édes-savanyú zöldségragu (1;) EN:160.6kcal ZS:6.7g TZS:0.8g SZH:23.4g CK:12.6g FH:2.0g SÓ:0.5g Bulgur köret (1;) EN:418.3kcal ZS:9.4g TZS:0.8g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.3g	Zabgaluska leves (1;3;) EN:133.8kcal ZS:1.9g TZS:0.5g SZH:23.5g CK:3.3g FH:5.1g SÓ:0.4g Tojásvagdalt (1;3;6;) EN:152.2kcal ZS:8.1g TZS:1.6g SZH:12.5g CK:0.7g FH:6.7g SÓ:0.1g Szárazbab főzelék (1;7;) EN:438.5kcal ZS:10.9g TZS:2.7g SZH:56.0g CK:6.8g FH:21.0g SÓ:0.3g 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:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:186.8kcal ZS:1.7g TZS:1.0g SZH:36.9g CK:30.5g FH:4.7g SÓ:0.1g 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 Rizs köret EN:395.7kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:0.2g Csiki mártás * (3;7;10;) EN:120.9kcal ZS:6.3g TZS:2.2g SZH:14.8g CK:12.7g FH:1.3g SÓ:0.5g	Tejfölös zöldbableves (1;7;) EN:237.5kcal ZS:14.5g TZS:4.2g SZH:19.3g CK:3.9g FH:5.9g 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 Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g