

Gasztvital	Hétfő 02.09	Kedd 02.10	Szerda 02.11	Csütörtök 02.12	Péntek 02.13
Tízórai	Citromos tea EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Natúr sajtkrém (7;) EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Forralt tej (7;) EN:116.0kcal ZS:5.6g TZS:4.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g Briós (1;3;6;7;) EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g	Gyümölcs tea EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Póréhagymás tojáskrém (3;7;) EN:75.9kcal ZS:6.8g TZS:3.5g SZH:0.6g CK:0.4g FH:3.1g SÓ:0.1g Rozsos kenyér (1;) EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g	Mézes tea EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Házi csirkemájkrém (7;) EN:38.4kcal ZS:2.5g TZS:1.3g SZH:0.3g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g	Citromos tea EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Zala felvágott EN:72.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.7g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g 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	Sárgaborsóleves (1;3;) EN:229.2kcal ZS:7.4g TZS:1.0g SZH:28.6g CK:2.0g FH:11.2g SÓ:0.3g Serpenyős burgonya virslivel (12;) EN:381.9kcal ZS:18.2g TZS:5.2g SZH:38.7g CK:0.2g FH:11.0g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g Mongol saláta * (10;) EN:16.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.2g FH:1.5g SÓ:0.6g	Tojásleves (1;3;) EN:85.9kcal ZS:5.9g TZS:0.9g SZH:5.8g CK:0.0g FH:2.2g SÓ:0.2g Fasírt golyó (1;6;) EN:259.1kcal ZS:20.4g TZS:3.0g SZH:9.8g CK:0.8g FH:8.3g SÓ:1.3g Finomfőzelék (1;7;) EN:277.8kcal ZS:9.0g TZS:3.1g SZH:35.3g CK:11.3g FH:11.7g SÓ:0.4g Félbarna kenyér (1;) EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g Mandarin EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g	Árpagyöngyleves (1;6;8;11;) EN:117.9kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:13.3g CK:2.9g FH:2.1g SÓ:0.4g Temesvári csirkeragu (1;7;) EN:252.9kcal ZS:15.6g TZS:5.8g SZH:10.1g CK:2.3g FH:15.7g SÓ:0.4g Orsó tészta (1;) EN:302.3kcal ZS:7.5g TZS:0.9g SZH:50.2g CK:2.5g FH:8.8g SÓ:0.5g	Vaníliás körtekrémleves körte kockával (1;7;) EN:135.6kcal ZS:3.4g TZS:2.1g SZH:23.2g CK:16.7g FH:2.0g SÓ:0.0g Bundázott sajtszósos halpárna (1;4;7;) EN:318.9kcal ZS:21.5g TZS:3.9g SZH:18.3g CK:0.3g FH:12.6g SÓ:1.5g Rizs köret EN:240.8kcal ZS:3.9g TZS:0.5g SZH:46.5g FH:5.6g SÓ:0.2g Tartármártás (3;7;10;) EN:84.5kcal ZS:6.2g TZS:1.9g SZH:5.7g CK:5.3g FH:0.7g SÓ:0.2g	Bakonyi sertés betyárleves (csiperke gombával, tejföllel készül) (1;3;7;) EN:178.8kcal ZS:9.5g TZS:2.9g SZH:10.4g CK:2.6g FH:11.9g SÓ:0.4g Kókuszos tejbendara (1;7;) EN:423.1kcal ZS:15.5g TZS:12.0g SZH:55.3g CK:21.0g FH:13.0g SÓ:0.2g Kakaó szórat EN:158.4kcal ZS:2.7g TZS:1.7g SZH:28.7g CK:26.3g FH:2.9g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g
Ebéd B	Sárgaborsóleves (1;3;) EN:229.2kcal ZS:7.4g TZS:1.0g SZH:28.6g CK:2.0g FH:11.2g SÓ:0.3g Boszorkány ragu vega (1;6;7;9;10;) EN:206.9kcal ZS:13.3g TZS:2.8g SZH:8.7g CK:1.4g FH:12.2g SÓ:0.3g Főtt burgonya (12;) EN:197.4kcal ZS:0.4g SZH:38.6g FH:5.3g SÓ:0.3g Félbarna kenyér (1;) EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g Mongol saláta * (10;) EN:16.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.2g FH:1.5g SÓ:0.6g	Tojásleves (1;3;) EN:85.9kcal ZS:5.9g TZS:0.9g SZH:5.8g CK:0.0g FH:2.2g SÓ:0.2g Zöldségvagdalt (1;6;) EN:97.5kcal ZS:3.6g TZS:0.4g SZH:13.4g CK:2.2g FH:2.5g SÓ:0.2g Finomfőzelék (1;7;) EN:277.8kcal ZS:9.0g TZS:3.1g SZH:35.3g CK:11.3g FH:11.7g SÓ:0.4g Félbarna kenyér (1;) EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g Mandarin EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g	Árpagyöngyleves (1;6;8;11;) EN:117.9kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:13.3g CK:2.9g FH:2.1g SÓ:0.4g Tejszínes zöldbabos tészta (1;7;) EN:508.6kcal ZS:25.6g TZS:13.1g SZH:52.9g CK:8.6g FH:13.6g SÓ:0.7g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g	Vaníliás körtekrémleves körte kockával (1;7;) EN:135.6kcal ZS:3.4g TZS:2.1g SZH:23.2g CK:16.7g FH:2.0g SÓ:0.0g Bundázott sajtszósos halpárna (1;4;7;) EN:318.9kcal ZS:21.5g TZS:3.9g SZH:18.3g CK:0.3g FH:12.6g SÓ:1.5g Rizs köret EN:240.8kcal ZS:3.9g TZS:0.5g SZH:46.5g FH:5.6g SÓ:0.2g Tartármártás (3;7;10;) EN:84.5kcal ZS:6.2g TZS:1.9g SZH:5.7g CK:5.3g FH:0.7g SÓ:0.2g	Bakonyi gombaleves (vega) (1;3;6;7;) EN:179.6kcal ZS:10.6g TZS:2.7g SZH:10.7g CK:2.7g FH:9.7g SÓ:0.4g Kókuszos tejbendara (1;7;) EN:423.1kcal ZS:15.5g TZS:12.0g SZH:55.3g CK:21.0g FH:13.0g SÓ:0.2g Kakaó szórat EN:158.4kcal ZS:2.7g TZS:1.7g SZH:28.7g CK:26.3g FH:2.9g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g
Uzsonna	Füstölt pulyka párizsi EN:63.6kcal ZS:5.4g TZS:2.0g SZH:0.5g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.6g	Házi szárnyaskrém (7;) EN:119.2kcal ZS:10.7g TZS:4.5g SZH:0.8g CK:0.6g FH:4.7g SÓ:0.3g	Lapka sajt (7;) EN:91.1kcal ZS:5.6g TZS:3.8g SZH:3.0g CK:3.0g FH:7.1g SÓ:0.9g	Pecsenyezsír EN:92.8kcal ZS:10.0g	Gyümölcsös joghurt (7;) EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g

Gasztvital	Hétfő 02.09	Kedd 02.10	Szerda 02.11	Csütörtök 02.12	Péntek 02.13
Uzsonna	Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Kígyóborka EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g	Teljeskiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g	Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g SZH:1.2g FH:0.3g	Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g Lilahagyma EN:8.0kcal ZS:0.0g SZH:1.7g FH:0.2g SÓ:0.0g	Stangli (1;6;7;13;) EN:145.5kcal ZS:6.1g SZH:18.8g FH:2.8g SÓ:0.4g