

| Gasztvital | Hétfő<br>03.30                                                                                                             | Kedd<br>03.31                                                                                       | Szerda<br>04.01                                                                                          | Csütörtök<br>04.02                                                                                              | Péntek<br>04.03                                                                                 | Szombat<br>04.04                                                                                    | Vasárnap<br>04.05                                                                                         |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd       | <b>Sárgaborsó gulyásleves sertéshússal (1;3;7;9;)</b><br>EN:419.7kcal ZS:21.1g TZS:6.5g SZH:32.2g CK:3.4g FH:23.0g SÓ:0.7g | <b>Paradicsomleves (1;)</b><br>EN:278.5kcal ZS:8.0g TZS:0.9g SZH:46.4g CK:26.4g FH:4.5g SÓ:0.4g     | <b>Pirított tésztaleves (1;9;12;)</b><br>EN:209.4kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:28.1g CK:2.4g FH:4.6g SÓ:0.7g | <b>Karamellizált körtekrémleves (1;7;)</b><br>EN:209.7kcal ZS:5.3g TZS:3.3g SZH:35.7g CK:25.5g FH:3.1g SÓ:0.0g  | <b>Kertész leves (12;)</b><br>EN:116.1kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.2g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:1.0g    | <b>Gomba krémleves (1;7;)</b><br>EN:167.9kcal ZS:10.1g TZS:2.9g SZH:10.5g CK:0.9g FH:8.2g SÓ:0.6g   | <b>Legényfogó leves (1;3;7;)</b><br>EN:336.3kcal ZS:17.9g TZS:5.7g SZH:17.9g CK:0.9g FH:24.1g SÓ:0.8g     |
|            | <b>Reszelt sajt (7;)</b><br>EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g                                 | <b>Borsos pulykatokány (1;)</b><br>EN:220.8kcal ZS:11.4g TZS:2.2g SZH:5.5g CK:0.0g FH:23.5g SÓ:0.5g | <b>Sült debreceni</b><br>EN:238.0kcal ZS:22.6g TZS:7.3g SZH:0.1g CK:0.1g FH:9.4g SÓ:1.5g                 | <b>Bundázott parajos halpárna (1;4;7;)</b><br>EN:356.3kcal ZS:21.8g TZS:2.3g SZH:26.4g CK:1.3g FH:13.2g SÓ:1.4g | <b>Halpaprikás (4;7;)</b><br>EN:190.7kcal ZS:9.9g TZS:2.9g SZH:4.7g CK:0.7g FH:19.3g SÓ:0.6g    | <b>Pirított zsemlekocka (1;)</b><br>EN:81.6kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:16.6g CK:0.8g FH:2.7g SÓ:0.1g  | <b>Szilvás gombóc (1;3;6;12;)</b><br>EN:531.0kcal ZS:9.3g TZS:0.8g SZH:92.0g CK:25.2g FH:13.8g SÓ:1.7g    |
|            | <b>Tejföl öntet (7;)</b><br>EN:69.0kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.7g CK:1.7g FH:1.5g SÓ:0.0g                                  | <b>Kuszkusz köret (1;)</b><br>EN:435.3kcal ZS:9.4g TZS:1.2g SZH:72.9g CK:3.0g FH:13.2g SÓ:0.5g      | <b>Kelkáposzta főzelék (1;12;)</b><br>EN:243.3kcal ZS:8.2g TZS:0.9g SZH:30.3g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.7g   | <b>Rizs köret</b><br>EN:482.2kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:96.9g FH:11.6g SÓ:0.6g                                   | <b>Túrós csusza (1;7;)</b><br>EN:633.8kcal ZS:24.1g TZS:7.4g SZH:80.8g CK:5.5g FH:20.6g SÓ:1.1g | <b>Töltött paprika (3;)</b><br>EN:333.5kcal ZS:9.5g TZS:1.9g SZH:35.0g CK:0.0g FH:24.9g SÓ:0.9g     | <b>Fahéj szórát</b><br>EN:118.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:28.6g FH:0.0g SÓ:0.0g                   |
|            | <b>Spagetti tészta (1;)</b><br>EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.1g                           | <b>Menü süti (1;6;7;)</b><br>EN:98.3kcal ZS:3.8g TZS:1.6g SZH:14.8g CK:9.0g FH:1.3g SÓ:0.2g         | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g          | <b>Fokhagymás joghurtos öntet (7;)</b><br>EN:24.4kcal ZS:1.4g TZS:0.9g SZH:1.5g CK:1.3g FH:1.3g SÓ:0.0g         | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g | <b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b><br>EN:183.8kcal ZS:7.6g TZS:0.8g SZH:23.0g FH:3.1g SÓ:0.3g           | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g           |
|            | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g                            | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g     |                                                                                                          | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g                 |                                                                                                 | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g     |                                                                                                           |
| Ebéd B     | <b>Sárgaborsóleves (1;3;)</b><br>EN:277.3kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:35.5g CK:2.6g FH:13.6g SÓ:0.6g                          | <b>Paradicsomleves (1;)</b><br>EN:278.5kcal ZS:8.0g TZS:0.9g SZH:46.4g CK:26.4g FH:4.5g SÓ:0.4g     | <b>Pirított tésztaleves (1;9;12;)</b><br>EN:209.4kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:28.1g CK:2.4g FH:4.6g SÓ:0.7g | <b>Karamellizált körtekrémleves (1;7;)</b><br>EN:209.7kcal ZS:5.3g TZS:3.3g SZH:35.7g CK:25.5g FH:3.1g SÓ:0.0g  | <b>Kertész leves (12;)</b><br>EN:116.1kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.2g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:1.0g    | <b>Gomba krémleves (1;7;)</b><br>EN:167.9kcal ZS:10.1g TZS:2.9g SZH:10.5g CK:0.9g FH:8.2g SÓ:0.6g   | <b>Legényfogó leves VEGA (1;3;7;)</b><br>EN:198.5kcal ZS:11.7g TZS:3.7g SZH:17.7g CK:0.9g FH:5.1g SÓ:0.7g |
|            | <b>Reszelt sajt (7;)</b><br>EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g                                 | <b>Párolt zöldségköret</b><br>EN:105.3kcal ZS:3.9g TZS:0.4g SZH:10.4g CK:5.2g FH:5.0g SÓ:0.9g       | <b>Falafel (1;)</b><br>EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g                  | <b>Bundázott parajos halpárna (1;4;7;)</b><br>EN:356.3kcal ZS:21.8g TZS:2.3g SZH:26.4g CK:1.3g FH:13.2g SÓ:1.4g | <b>Halpaprikás (4;7;)</b><br>EN:190.7kcal ZS:9.9g TZS:2.9g SZH:4.7g CK:0.7g FH:19.3g SÓ:0.6g    | <b>Pirított zsemlekocka (1;)</b><br>EN:81.6kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:16.6g CK:0.8g FH:2.7g SÓ:0.1g  | <b>Szilvás gombóc (1;3;6;12;)</b><br>EN:531.0kcal ZS:9.3g TZS:0.8g SZH:92.0g CK:25.2g FH:13.8g SÓ:1.7g    |
|            | <b>Tejföl öntet (7;)</b><br>EN:69.0kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.7g CK:1.7g FH:1.5g SÓ:0.0g                                  | <b>Kuszkusz köret (1;)</b><br>EN:435.3kcal ZS:9.4g TZS:1.2g SZH:72.9g CK:3.0g FH:13.2g SÓ:0.5g      | <b>Kelkáposzta főzelék (1;12;)</b><br>EN:243.3kcal ZS:8.2g TZS:0.9g SZH:30.3g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.7g   | <b>Rizs köret</b><br>EN:482.2kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:96.9g FH:11.6g SÓ:0.6g                                   | <b>Túrós csusza (1;7;)</b><br>EN:633.8kcal ZS:24.1g TZS:7.4g SZH:80.8g CK:5.5g FH:20.6g SÓ:1.1g | <b>Töltött paprika Vega (3;)</b><br>EN:211.1kcal ZS:4.9g TZS:0.7g SZH:34.6g CK:0.0g FH:6.1g SÓ:0.8g | <b>Fahéj szórát</b><br>EN:118.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:28.6g FH:0.0g SÓ:0.0g                   |
|            | <b>Spagetti tészta (1;)</b><br>EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.1g                           | <b>Menü süti (1;6;7;)</b><br>EN:98.3kcal ZS:3.8g TZS:1.6g SZH:14.8g CK:9.0g FH:1.3g SÓ:0.2g         | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g          | <b>Fokhagymás joghurtos öntet (7;)</b><br>EN:24.4kcal ZS:1.4g TZS:0.9g SZH:1.5g CK:1.3g FH:1.3g SÓ:0.0g         | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g | <b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b><br>EN:183.8kcal ZS:7.6g TZS:0.8g SZH:23.0g FH:3.1g SÓ:0.3g           | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g           |
|            | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g                            | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g     |                                                                                                          | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g                 |                                                                                                 | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g     |                                                                                                           |