

| Gasztvital | Hétfő<br>04.27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kedd<br>04.28                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Szerda<br>04.29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Csütörtök<br>04.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Péntek<br>05.01 |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Tízórai    | <b>Meggyes tea</b><br>EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Natúr vajkrém (7;)</b><br>EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g<br><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g                                                                                                                                                                                                                 | <b>Karamellás tej (7;)</b><br>EN:126.4kcal ZS:5.6g TZS:3.6g SZH:13.2g CK:13.2g FH:5.8g SÓ:0.3g<br><b>Fonott kalács (1;3;6;7;)</b><br>EN:159.8kcal ZS:3.9g TZS:1.6g SZH:28.3g CK:4.6g FH:4.5g SÓ:0.3g                                                                                                                 | <b>Gyümölcs tea</b><br>EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Kenőmájás (sertés)</b><br>EN:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.7g<br><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:146.4kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:30.0g FH:4.4g SÓ:0.9g                                                                                                                         | <b>Tej (7;)</b><br>EN:110.0kcal ZS:5.6g TZS:3.6g SZH:9.2g CK:9.2g FH:5.8g SÓ:0.3g<br><b>Fahéjas csiga (1;7;)</b><br>EN:298.0kcal ZS:4.3g TZS:2.0g SZH:59.0g CK:15.0g FH:5.7g SÓ:0.7g                                                                                                                                                                                                                          |                 |
| Ebéd A     | <b>Burgonyás lebbencsleves (1;12;)</b><br>EN:118.8kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:15.7g CK:0.6g FH:2.6g SÓ:0.3g<br><b>Sertéspörkölt</b><br>EN:155.9kcal ZS:9.8g TZS:1.9g SZH:2.8g CK:0.2g FH:12.9g SÓ:0.4g<br><b>Sárgaborsó főzelék (1;)</b><br>EN:307.6kcal ZS:7.0g TZS:0.8g SZH:43.5g CK:3.6g FH:16.3g SÓ:0.3g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g<br><b>Alma</b><br>EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g      | <b>Korpagaluska leves (1;3;)</b><br>EN:186.0kcal ZS:12.3g TZS:3.4g SZH:14.9g CK:2.8g FH:4.3g SÓ:0.4g<br><b>Carbonara csirkeragu (1;7;)</b><br>EN:374.9kcal ZS:25.8g TZS:9.9g SZH:10.9g CK:1.1g FH:24.3g SÓ:3.6g<br><b>Szarvacska tészta (1;)</b><br>EN:303.7kcal ZS:7.8g TZS:0.7g SZH:44.8g CK:2.9g FH:10.5g SÓ:0.2g | <b>Zöldséges rizsleves (6;9;12;)</b><br>EN:120.6kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:16.4g CK:0.5g FH:2.5g SÓ:0.6g<br><b>Sült virsli</b><br>EN:130.9kcal ZS:11.3g TZS:4.2g SZH:1.4g FH:6.0g SÓ:1.1g<br><b>Zöldbabfőzelék (1;7;)</b><br>EN:210.2kcal ZS:12.2g TZS:4.6g SZH:15.9g CK:5.6g FH:7.0g SÓ:0.2g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g              | <b>Sütőtök krémleves (1;7;12;)</b><br>EN:176.9kcal ZS:6.8g TZS:3.6g SZH:24.8g CK:10.8g FH:3.1g SÓ:0.3g<br><b>Pírtott tökmag</b><br>EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g<br><b>Bundázott sajtszósos halpárna (1;4;7;)</b><br>EN:342.5kcal ZS:22.7g TZS:4.2g SZH:20.1g CK:0.3g FH:13.9g SÓ:1.7g<br><b>Rizi-bizi</b><br>EN:254.1kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:42.9g CK:0.0g FH:7.1g SÓ:0.3g |                 |
| Ebéd B     | <b>Burgonyás lebbencsleves (1;12;)</b><br>EN:118.8kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:15.7g CK:0.6g FH:2.6g SÓ:0.3g<br><b>Zöldségvagdalt (1;)</b><br>EN:97.5kcal ZS:3.6g TZS:0.4g SZH:13.4g CK:2.2g FH:2.5g SÓ:0.2g<br><b>Sárgaborsó főzelék (1;)</b><br>EN:307.6kcal ZS:7.0g TZS:0.8g SZH:43.5g CK:3.6g FH:16.3g SÓ:0.3g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g<br><b>Alma</b><br>EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g | <b>Korpagaluska leves (1;3;)</b><br>EN:186.0kcal ZS:12.3g TZS:3.4g SZH:14.9g CK:2.8g FH:4.3g SÓ:0.4g<br><b>Carbonara gombaragu (1;7;)</b><br>EN:215.9kcal ZS:15.1g TZS:5.6g SZH:9.8g CK:0.7g FH:9.4g SÓ:0.6g<br><b>Szarvacska tészta (1;)</b><br>EN:303.7kcal ZS:7.8g TZS:0.7g SZH:44.8g CK:2.9g FH:10.5g SÓ:0.2g    | <b>Zöldséges rizsleves (6;9;12;)</b><br>EN:120.6kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:16.4g CK:0.5g FH:2.5g SÓ:0.6g<br><b>Roston tofu (6;)</b><br>EN:129.1kcal ZS:10.3g TZS:1.6g SZH:1.2g CK:0.1g FH:0.6g SÓ:7.7g<br><b>Zöldbabfőzelék (1;7;)</b><br>EN:210.2kcal ZS:12.2g TZS:4.6g SZH:15.9g CK:5.6g FH:7.0g SÓ:0.2g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g | <b>Sütőtök krémleves (1;7;12;)</b><br>EN:176.9kcal ZS:6.8g TZS:3.6g SZH:24.8g CK:10.8g FH:3.1g SÓ:0.3g<br><b>Pírtott tökmag</b><br>EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g<br><b>Bundázott sajtszósos halpárna (1;4;7;)</b><br>EN:342.5kcal ZS:22.7g TZS:4.2g SZH:20.1g CK:0.3g FH:13.9g SÓ:1.7g<br><b>Rizi-bizi</b><br>EN:254.1kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:42.9g CK:0.0g FH:7.1g SÓ:0.3g |                 |
| Uzsonna    | <b>Sárgabarack extradzsem</b><br>EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g<br><b>Margarin</b><br>EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g<br><b>Vizes zsemle (1;)</b><br>EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Lapka sajt (7;)</b><br>EN:113.6kcal ZS:9.4g TZS:6.4g SZH:1.3g CK:1.3g FH:6.0g SÓ:0.9g<br><b>Margarin</b><br>EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g<br><b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b><br>EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g                               | <b>Tonhalkrém (3;4;7;10;)</b><br>EN:106.2kcal ZS:9.9g TZS:5.1g SZH:1.0g CK:0.9g FH:3.2g SÓ:0.4g<br><b>stangli sima (1;6;7;13;)</b><br>EN:145.5kcal ZS:6.1g TZS:0.3g SZH:18.8g CK:0.1g FH:2.8g SÓ:0.4g<br><b>Kígyóuborka</b><br>EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g                                                                                                                | <b>Kockasajt, natúr (7;)</b><br>EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g<br><b>Teljeskiőrlésű kifli (1;6;)</b><br>EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g<br><b>Paradicsom</b><br>EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g                                                                                                                   |                 |

| <div>GasztVital</div> | Hétfő<br>04.27 | Kedd<br>04.28                                                              | Szerda<br>04.29 | Csütörtök<br>04.30 | Péntek<br>05.01 |
|-----------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------|-----------------|
| Uzsonna               |                | Paprika<br>EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g<br>FH:0.4g SÓ:0.0g |                 |                    |                 |