

Gasztvital	Hétfő 07.20	Kedd 07.21	Szerda 07.22	Csütörtök 07.23	Péntek 07.24
Reggeli	Tea szőlőcukorral EN: 14.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Baromfi húskrém EN: 98.7 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.4 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Kígyóborka EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Erdei gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 14.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Baromfi párizsi EN: 23.7 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.1 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.3 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;	Tea szőlőcukorral EN: 11.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 2.7 g; CK: 2.7 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Házi csirkehúskrém EN: 34.3 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.5 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.5 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;	Tea szőlőcukorral EN: 14.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Csirkemell sonka EN: 13.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.1 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.4 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;	Erdei gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 14.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Zöldfűszeres harcsapástétom (4;) EN: 100.2 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.1 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.4 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;
Tízórai	Puffasztott rizs EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;	Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;	Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;	Puffasztott rizs EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;	Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;
Ebéd	Sertésragu leves D (1;) EN: 164.2 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 1.4 g; SZH: 14.3 g; CK: 2.6 g; FH: 10.5 g; SÓ: 0.5 g; Tejberizs szőlőcukorral EN: 277.6 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 0.4 g; SZH: 59.3 g; CK: 11.9 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.4 g; Fahéj szórát szőlőcukorral EN: 55.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 13.5 g; CK: 13.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Egyben sertésvagdalt EN: 243.1 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 2.0 g; SZH: 28.1 g; CK: 0.4 g; FH: 16.6 g; SÓ: 1.1 g; Kerti vegyesfőzelék fruktózszegény (1;) EN: 93.9 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 15.7 g; CK: 6.0 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.6 g;	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN: 63.2 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 9.8 g; CK: 1.4 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.8 g; Zöldfűszeres csirkemell szelet EN: 139.1 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 0.7 g; Burgonyapüré (12;) EN: 140.7 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 25.4 g; CK: 1.2 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.5 g;	Fűszerpaprikás csirkeragu EN: 103.5 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 1.1 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 10.4 g; SÓ: 0.9 g; Tököfőzelék (1;) EN: 136.4 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 20.0 g; CK: 3.7 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.7 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;	Rozmaringos sertésragu (1;) EN: 96.9 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.6 g; CK: 0.0 g; FH: 8.6 g; SÓ: 0.2 g; Brokkolifőzelék (1;) EN: 107.2 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 14.8 g; CK: 5.5 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.8 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g;
Uzsonna	Sonkás sült paprikakrém (12;) EN: 19.0 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.5 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.5 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Erdei gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 14.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Gépsonka EN: 17.5 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.4 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Erdei gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 14.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Sertés párizsi EN: 34.5 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.3 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Erdei gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 14.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Sonkakrém EN: 53.9 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.3 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.4 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Zöldhagyma EN: 1.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; FH: 0.1 g; Erdei gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 14.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Zala felvágott EN: 36.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g; Margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.4 g; Erdei gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 14.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.6 g; CK: 3.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;