

Gasztvital	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Reggeli	Gyümölcs tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi sertés húskrém EN: 65.8 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.1 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Kakaó (7;) EN: 61.8 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 1.1 g; SZH: 8.1 g; CK: 8.0 g; FH: 3.5 g; SÓ: 0.1 g; CA: 120.0 mg; Házi csirkehúskrém (7;) EN: 49.8 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 2.7 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.4 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 10.5 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Álomsonka 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; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Málna tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Tonhalkrém (4;7;10;) EN: 49.7 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.2 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.3 g; CA: 3.8 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Citromos tea EN: 20.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 5.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; 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; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Rágórépa EN: 8.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	Gyümölcs tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Baromfi párizsi EN: 30.4 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 0.9 g; SZH: 0.2 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; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	
Tízórai	Mandarin EN: 45.0 kcal; SZH: 9.8 g; FH: 0.7 g;	alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Gyümölcs turmix (alma-körte) EN: 121.2 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 24.9 g; CK: 8.2 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;	alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Narancs EN: 20.5 kcal; SZH: 4.3 g; FH: 0.3 g;	körte EN: 52.0 kcal; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g;	
Ebéd	Frankfurtileves (7;12;) EN: 155.7 kcal; ZS: 9.9 g; TZS: 3.6 g; SZH: 10.7 g; CK: 0.5 g; FH: 5.3 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Tejberizs (7;) EN: 246.8 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 2.0 g; SZH: 45.0 g; CK: 14.0 g; FH: 10.3 g; SÓ: 0.4 g; CA: 240.0 mg; Kakaó szórat EN: 81.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.3 g; SZH: 18.3 g; CK: 18.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; Mandarin EN: 45.0 kcal; SZH: 9.8 g; FH: 0.7 g;	Sült csirkemell EN: 72.5 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.6 g; FH: 10.6 g; SÓ: 0.7 g; Finomfőzelék EN: 160.8 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 25.1 g; CK: 4.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.9 g;	Zöldfűszeres csirke ragu EN: 100.6 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.0 g; SZH: 2.2 g; CK: 0.0 g; FH: 8.7 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Tört burgonya 15 dkg (12;) EN: 149.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 27.6 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.6 g;	Szárnys vagdalt EN: 102.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 14.0 g; CK: 0.1 g; FH: 7.1 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Karalábé főzelék (7;) EN: 104.4 kcal; ZS: 4.4 g; TZS: 0.6 g; SZH: 13.1 g; CK: 7.0 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.8 g; CA: 15.0 mg;	Sertés rizottó (9;) EN: 255.5 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.9 g; SZH: 42.4 g; CK: 1.5 g; FH: 12.1 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Csalamádé (10;12;) EN: 5.4 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.6 g; FH: 0.2 g;	Sült csirkecomb filé EN: 83.7 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.9 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 10.5 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Burgonyapüré (6;7;12;) EN: 48.6 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 1.5 g; SZH: 4.2 g; CK: 2.6 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.9 g; CA: 52.5 mg; Csemege uborka * (10;12;) EN: 3.3 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.1 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.5 g;	
Uzsonna	Gyümölcsös joghurt (7;) EN: 103.8 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 1.4 g; SZH: 13.8 g; CK: 13.8 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 125.0 mg; 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; Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg;	Magyaros szendvicskrém (7;) EN: 58.4 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.6 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.2 g; CA: 15.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Lilahagyma EN: 8.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; FH: 0.2 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; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) 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;	Edami sajt (7;) EN: 94.8 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 4.8 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.6 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Brokkolikrém (7;) EN: 62.8 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.8 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.3 g; CA: 15.0 mg; 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; Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg;	Sonkakrém (7;) EN: 59.5 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.7 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.5 g; CA: 10.5 mg; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) 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; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Százámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Uzsonna		Gyümölcs tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g; Erdei gyümölcs tea EN: 20.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 5.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g; Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg;		Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg;	