

Gasztvital	Hétfő 02.23	Kedd 02.24	Szerda 02.25	Csütörtök 02.26	Péntek 02.27
Tízórai	Tea szőlőcukorral (12;) EN: 25.8 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; Sajtos baromfi párizsi (7;) EN: 55.2 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 4.0 g; SÓ: 0.6 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; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; FH: 0.4 g;	Tejeskávé FR-T-KM (1;) EN: 192.4 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 40.8 g; CK: 23.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; 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; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg;	Tea szőlőcukorral (12;) EN: 25.8 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; Csirkemell sonka EN: 27.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.2 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.8 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; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Kígyóborka EN: 3.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 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; Vaníliás túrókrém szőlőcukorral (7;) EN: 51.5 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.1 g; SZH: 5.5 g; CK: 4.2 g; FH: 3.7 g; SÓ: 0.0 g; CA: 34.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg;	Tea szőlőcukorral (12;) EN: 25.8 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; Sonkás kockasajt (7;) EN: 34.0 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 1.7 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.7 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.2 g; CA: 100.6 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg;
Ebéd	Sertés gulyás leves D (1;9;12;) EN: 138.5 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 1.1 g; SZH: 10.7 g; CK: 0.2 g; FH: 7.0 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Mák szórát szőlőcukorral EN: 179.8 kcal; ZS: 7.6 g; TZS: 1.0 g; SZH: 22.8 g; CK: 18.6 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.0 g; Főtt tészta (1;) EN: 265.0 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 0.9 g; SZH: 43.2 g; CK: 2.1 g; FH: 7.3 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Zöldséges rizsleves EN: 112.3 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.3 g; SZH: 19.7 g; CK: 2.8 g; FH: 2.5 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Sertés vagdalt (1;3;) EN: 454.6 kcal; ZS: 31.7 g; TZS: 6.5 g; SZH: 25.9 g; CK: 0.4 g; FH: 15.7 g; SÓ: 1.6 g; CA: 0.0 mg; Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN: 325.2 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 2.2 g; SZH: 48.7 g; CK: 0.6 g; FH: 7.1 g; SÓ: 0.0 g; CA: 21.6 mg;	Brokkoli krémleves (1;7;12;) EN: 158.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 3.0 g; SZH: 23.3 g; CK: 1.1 g; FH: 6.2 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Zöldséges bulgur sertéshússal (1;) EN: 436.5 kcal; ZS: 16.7 g; TZS: 4.6 g; SZH: 50.3 g; CK: 7.6 g; FH: 20.5 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg;	Köménymag leves (1;) EN: 56.9 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 2.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Píritott kenyérkocka (1;) EN: 26.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.1 g; CK: 0.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; Majorannás csirkeragu (7;) EN: 105.2 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 2.2 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.6 g; FH: 12.5 g; SÓ: 1.3 g; CA: 21.0 mg; Rizs köret EN: 236.6 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 0.4 g; SZH: 46.5 g; CK: 0.0 g; FH: 5.6 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;) EN: 52.4 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 8.9 g; CK: 2.5 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.2 g; CA: 13.0 mg; Rozmaringos sertésragu (1;) EN: 175.5 kcal; ZS: 10.5 g; TZS: 3.0 g; SZH: 2.2 g; CK: 0.0 g; FH: 17.1 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Cukkíni főzelék D (1;7;) EN: 51.9 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.3 g; SZH: 8.6 g; CK: 0.4 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.7 g; CA: 15.7 mg; Vaníliapuding szőlőcukorral (7;) EN: 57.2 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 7.8 g; CK: 5.6 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.1 g; CA: 120.0 mg;
Uzsonna	Petrezselymes túrókrém (7;) EN: 49.3 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.7 g; CK: 1.4 g; FH: 5.2 g; SÓ: 0.0 g; CA: 36.0 mg; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;	Magyaros vajkrém (7;) EN: 122.5 kcal; ZS: 12.3 g; TZS: 8.0 g; SZH: 2.2 g; CK: 0.8 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.4 g; CA: 17.5 mg; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;	Trappista sajt (7;) EN: 101.1 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 4.8 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 7.7 g; SÓ: 0.4 g; CA: 240.0 mg; 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; CA: 0.0 mg; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;	Házi sertés húskrém EN: 88.4 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 6.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;	Padlizsánkrém (10;) EN: 67.8 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.0 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.1 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;