

Gasztvital	Hétfő 10.05	Kedd 10.06	Szerda 10.07	Csütörtök 10.08	Péntek 10.09
Reggeli	Barackos tea szőlőcukorral (12;) EN: 16.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.1 g; CK: 4.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Füstölt csirkemellsonka 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: 118.5 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 24.5 g; CK: 0.8 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.7 g;	Gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 18.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Magvas szárnyas májkrém EN: 115.4 kcal; ZS: 10.6 g; TZS: 3.4 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.0 g; FH: 2.7 g; SÓ: 0.0 g; Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 118.5 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 24.5 g; CK: 0.8 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.7 g;	Meggyes tea szőlőcukorral (12;) EN: 16.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.1 g; CK: 4.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Csirkemell sonka EN: 16.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.2 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 2.3 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;	Gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 18.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 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: 118.5 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 24.5 g; CK: 0.8 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.7 g;	Citromos tea szőlőcukorral (12;) EN: 16.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.1 g; CK: 4.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Provance sonkakrém EN: 36.1 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.7 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.1 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.5 g; Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 118.5 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 24.5 g; CK: 0.8 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.7 g;
Tízórai	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;	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;	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;
Ebéd	Gulyásleves (1;12;) EN: 121.7 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.7 g; SZH: 13.5 g; CK: 1.0 g; FH: 6.0 g; SÓ: 1.0 g; Tejbendara kókuszreszelékkel szőlőcukorral (1;) EN: 309.0 kcal; ZS: 11.5 g; TZS: 7.4 g; SZH: 46.2 g; CK: 19.2 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.1 g; Kakaó szórát szőlőcukorral EN: 50.1 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.5 g; SZH: 7.7 g; CK: 6.8 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.1 g;	Rakott zöldbab árpagönggyel (1;) EN: 279.0 kcal; ZS: 11.9 g; TZS: 3.0 g; SZH: 33.6 g; CK: 0.9 g; FH: 12.7 g; SÓ: 0.2 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;	Csirkepörkölt EN: 101.0 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.0 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.0 g; FH: 8.7 g; SÓ: 0.8 g; Tökfőzelék szőlőcukorral EN: 179.9 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 0.5 g; SZH: 30.1 g; CK: 6.3 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.5 g;	Natúr csirkemell (1;) EN: 102.1 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.8 g; SZH: 4.3 g; CK: 0.0 g; FH: 11.2 g; SÓ: 1.0 g; Finomfőzelék (1;) EN: 201.8 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 2.0 g; SZH: 27.1 g; CK: 6.5 g; FH: 4.0 g; SÓ: 0.2 g;	Zöldfűszeres halas spagetti (1;4;) EN: 247.7 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 2.8 g; SZH: 37.3 g; CK: 1.9 g; FH: 11.2 g; SÓ: 0.9 g;
Uzsonna	Mozzarella krém (növényi) EN: 49.5 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 2.6 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.2 g; Vizes zsemle (1;) EN: 138.1 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 28.6 g; CK: 0.6 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 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; Meggyes tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 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; Vizes zsemle (1;) EN: 138.1 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 28.6 g; CK: 0.6 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g; Citromos tea szőlőcukorral (12;) EN: 16.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.1 g; CK: 4.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Padlizsános krém EN: 24.1 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 0.7 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.5 g; Vizes zsemle (1;) EN: 138.1 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 28.6 g; CK: 0.6 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g; Jégcsapretek EN: 3.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; Gyümölcs tea szőlőcukorral EN: 18.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.5 g; CK: 4.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Gouda növényi sajt EN: 57.0 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 4.2 g; SZH: 4.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.5 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; Vizes zsemle (1;) EN: 138.1 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 28.6 g; CK: 0.6 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g; Barackos tea szőlőcukorral (12;) EN: 16.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.1 g; CK: 4.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;	Csirkemell sonka EN: 16.4 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.2 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 2.3 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; Vizes zsemle (1;) EN: 138.1 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 28.6 g; CK: 0.6 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.8 g; Meggyes tea szőlőcukorral (12;) EN: 16.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.1 g; CK: 4.1 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;