

Gasztvital	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16
Tízórai	Meggyes tea (12;) EN: 26.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.5 g; CK: 6.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Baromfi párizsi EN: 31.6 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.1 g; FH: 2.1 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; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g;	Kakaó (dobozos) (7;) EN: 140.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.2 g; SZH: 22.0 g; CK: 18.8 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Jam EN: 52.8 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 12.8 g; CK: 12.6 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 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; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g;	Tej (dobozos) (7;) EN: 112.0 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 4.0 g; SZH: 9.2 g; CK: 9.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Sárgarépas margarin EN: 39.8 kcal; ZS: 3.8 g; TZS: 1.1 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.1 g; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g;	Citromos tea (12;) EN: 26.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.5 g; CK: 6.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Tonhalkrém (4;) EN: 63.8 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 1.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g;	Kakaó (dobozos) (7;) EN: 140.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.2 g; SZH: 22.0 g; CK: 18.8 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Zöldhagymás margarin EN: 54.4 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.2 g; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g; Paradicsom EN: 4.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;
Ebéd	Amerikai kukoricás csirkeragu leves (12;) EN: 133.6 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 2.9 g; SZH: 11.1 g; CK: 0.5 g; FH: 7.3 g; SÓ: 1.0 g; Káposztás kocka EN: 391.1 kcal; ZS: 13.1 g; TZS: 1.4 g; SZH: 62.5 g; CK: 12.0 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.4 g; Alma db EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Burgonyaleves (9;12;) EN: 94.7 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.1 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.7 g; Főtt virsli EN: 105.6 kcal; ZS: 8.3 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 1.2 g; Paradicsomos káposztafőzelék (9;) EN: 223.7 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 0.8 g; SZH: 32.1 g; CK: 12.2 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.2 g; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g;	Zöldségleves EN: 110.9 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 15.0 g; CK: 2.1 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.1 g; Szárnyasragu vitál módra EN: 158.1 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.2 g; SZH: 12.6 g; CK: 5.5 g; FH: 12.8 g; SÓ: 0.6 g; Rizs köret (12;) EN: 242.0 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 0.5 g; SZH: 44.6 g; CK: 0.0 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.1 g;	Reszelt tészta leves EN: 112.6 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 15.2 g; CK: 2.2 g; FH: 1.3 g; SÓ: 1.0 g; Sült csirkecombfilé EN: 121.0 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.0 g; FH: 14.7 g; SÓ: 0.5 g; Petrezselymes burgonya (12;) EN: 212.2 kcal; ZS: 5.2 g; TZS: 2.2 g; SZH: 33.3 g; CK: 0.0 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.2 g; Csemege uborka * (10;12;) EN: 5.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.2 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.9 g;	Zellerkrémleves (9;) EN: 140.1 kcal; ZS: 12.1 g; TZS: 3.5 g; SZH: 6.5 g; CK: 0.8 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.6 g; Citromos halragu (4;) EN: 175.1 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 4.5 g; SZH: 6.2 g; CK: 0.3 g; FH: 8.5 g; SÓ: 0.7 g; Sárgarépas rizs EN: 278.5 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 0.7 g; SZH: 49.6 g; CK: 1.1 g; FH: 6.1 g; SÓ: 0.7 g;
Uzsonna	Magyaros margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 3.5 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g; Paprika EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	Lapka sajt (7;) EN: 45.6 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.5 g; CK: 1.5 g; FH: 3.6 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; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g; Kígyóuborka 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;	Sült pulykahúskrém EN: 44.8 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.9 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.0 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.2 g; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g; Savanyúkáposzta EN: 10.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; CK: 1.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.9 g;	Füstölt csirkemellsonka EN: 18.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 3.2 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; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 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;	Méz EN: 60.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 16.5 g; CK: 16.4 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 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; Gluténmentes kenyér EN: 116.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.5 g; CK: 0.8 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g;