

GasztViTál	Hétfő 05.26	Kedd 05.27	Szerda 05.28	Csütörtök 05.29	Péntek 05.30
Ebéd	Kertész leves (1;) EN:110.4kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:7.8g CK:0.8g FH:1.7g SÓ:0.7g CA:0.0mg Paradicsomos káposzta (1;) EN:253.5kcal ZS:10.0g TZS:1.1g SZH:33.9g CK:12.5g FH:5.5g SÓ:0.6g CA:0.0mg Fasírt golyó (1;6;) EN:400.8kcal ZS:33.4g TZS:4.6g SZH:13.0g CK:1.0g FH:11.0g SÓ:1.8g Félbarna kenyér (1;) EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Francia hagymaleves (1;7;) EN:174.2kcal ZS:11.2g TZS:3.2g SZH:14.7g CK:1.0g FH:2.8g SÓ:0.5g CA:36.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Budapest csirkeragu (1;) EN:272.4kcal ZS:13.4g TZS:3.5g SZH:10.2g CK:0.0g FH:24.7g SÓ:1.1g CA:0.0mg Bulgur köret (1;) EN:368.6kcal ZS:3.8g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.9g CA:0.0mg	Zöldséges burgonyaleves (1;9;12;) EN:129.5kcal ZS:4.9g TZS:0.5g SZH:17.1g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.5g Fejtett babfőzelék (1;7;) EN:423.3kcal ZS:13.1g TZS:4.5g SZH:49.5g CK:5.5g FH:21.9g SÓ:0.6g CA:24.0mg Pulyka aprópecsenye (1;) EN:137.0kcal ZS:6.3g TZS:1.3g SZH:4.6g CK:0.0g FH:15.1g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:138.9kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:15.5g CK:0.4g FH:7.1g SÓ:0.1g CA:0.0mg Tarhonyás hús (1;) EN:599.6kcal ZS:17.7g TZS:3.5g SZH:74.6g CK:3.5g FH:33.1g SÓ:10.3g CA:0.0mg Savanyúság (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:162.2kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:27.9g CK:21.6g FH:1.8g SÓ:0.0g CA:24.0mg Pulykasült EN:142.8kcal ZS:6.4g TZS:1.6g SZH:0.2g CK:0.0g FH:20.7g SÓ:0.7g Zöldséges rizs EN:379.1kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:68.5g CK:2.6g FH:9.2g SÓ:0.5g
Napi összesítés	EN: 948.7 kcal; ZS: 52.2 g; TZS: 6.6 g; SZH: 92.0 g; CK: 15.2 g; FH: 23.8 g; SÓ: 3.3 g; CA: 0.0 mg;	EN: 865.1 kcal; ZS: 31.2 g; TZS: 8.2 g; SZH: 100.3 g; CK: 11.7 g; FH: 41.4 g; SÓ: 2.6 g; CA: 36.0 mg;	EN: 689.7 kcal; ZS: 24.3 g; TZS: 6.3 g; SZH: 71.3 g; CK: 6.0 g; FH: 39.7 g; SÓ: 1.7 g; CA: 24.0 mg;	EN: 760.9 kcal; ZS: 22.9 g; TZS: 4.5 g; SZH: 92.8 g; CK: 5.5 g; FH: 42.2 g; SÓ: 11.2 g; CA: 0.0 mg;	EN: 684.2 kcal; ZS: 18.4 g; TZS: 5.1 g; SZH: 96.7 g; CK: 24.2 g; FH: 31.6 g; SÓ: 1.2 g; CA: 24.0 mg;