

GasztViTál	Hétfő 06.02	Kedd 06.03	Szerda 06.04	Csütörtök 06.05	Péntek 06.06
Ebéd	Vajgaluska leves (1;3;7;9;12;) EN:273.3kcal ZS:17.6g TZS:5.1g SZH:21.6g CK:0.3g FH:6.5g SÓ:0.6g Székelykáposzta * (1;12;) EN:256.0kcal ZS:10.8g TZS:2.8g SZH:17.8g CK:5.1g FH:20.6g SÓ:5.8g CA:0.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Csontleves EN:97.1kcal ZS:4.2g TZS:1.2g SZH:8.2g CK:3.2g FH:5.9g SÓ:0.6g CA:0.0mg Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.0g Sárgaborsó főzelék (1;) EN:376.0kcal ZS:13.7g TZS:2.5g SZH:44.7g CK:3.6g FH:16.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg Fokhagymás sertésapró EN:150.3kcal ZS:7.5g TZS:1.9g SZH:2.5g CK:0.0g FH:17.0g SÓ:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g	Zöldségkrémleves (1;7;9;) EN:76.4kcal ZS:3.3g TZS:2.0g SZH:9.2g CK:1.0g FH:2.0g SÓ:0.5g CA:18.0mg 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 Édes-savanyú csirkeragu EN:222.9kcal ZS:7.0g TZS:1.3g SZH:19.9g CK:16.5g FH:18.2g SÓ:0.8g Párolt rizs EN:515.4kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:96.9g FH:11.6g SÓ:0.5g	Karfiolleves (1;12;) EN:78.0kcal ZS:4.4g TZS:0.4g SZH:8.6g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.5g CA:0.0mg Tökfőzelék (1;7;) EN:259.5kcal ZS:15.6g TZS:5.1g SZH:24.4g CK:0.8g FH:4.6g SÓ:0.5g CA:36.0mg Vagdalt (1;3;6;7;10;) EN:288.1kcal ZS:17.4g TZS:4.9g SZH:17.6g CK:0.6g FH:14.7g SÓ:0.5g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g	Sertés gulyásleves (1;3;9;12;) EN:291.8kcal ZS:17.2g TZS:4.9g SZH:18.7g CK:0.3g FH:13.9g SÓ:0.8g CA:0.0mg Mák szórat EN:141.0kcal ZS:5.7g TZS:0.8g SZH:18.6g CK:15.4g FH:3.1g Főtt tészta (1;) EN:392.5kcal ZS:5.8g TZS:0.9g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.9g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g
Napi összesítés	EN: 626.8 kcal; ZS: 28.8 g; TZS: 8.0 g; SZH: 59.4 g; CK: 5.4 g; FH: 30.0 g; SÓ: 7.0 g; CA: 0.0 mg;	EN: 790.0 kcal; ZS: 26.0 g; TZS: 5.7 g; SZH: 89.4 g; CK: 8.0 g; FH: 46.1 g; SÓ: 2.3 g; CA: 0.0 mg;	EN: 864.7 kcal; ZS: 22.7 g; TZS: 5.7 g; SZH: 131.3 g; CK: 18.1 g; FH: 32.7 g; SÓ: 2.0 g; CA: 18.0 mg;	EN: 757.1 kcal; ZS: 37.8 g; TZS: 10.5 g; SZH: 77.4 g; CK: 2.6 g; FH: 27.2 g; SÓ: 1.9 g; CA: 36.0 mg;	EN: 975.4 kcal; ZS: 29.7 g; TZS: 6.7 g; SZH: 139.8 g; CK: 19.2 g; FH: 32.8 g; SÓ: 2.3 g; CA: 0.0 mg;