

Gasztvital	Hétfő 10.20	Kedd 10.21	Szerda 10.22	Csütörtök 10.23	Péntek 10.24
Ebéd	Sertés raguleves (1;9;) EN:269.8kcal ZS:16.1g TZS:4.7g SZH:15.4g CK:0.5g FH:14.9g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Tejben dara (1;7;) EN:384.9kcal ZS:4.3g TZS:2.8g SZH:72.1g CK:28.3g FH:13.9g SÓ:0.4g CA:300.0mg Kakaó szórat EN:80.9kcal ZS:1.1g TZS:0.7g SZH:15.6g CK:15.0g FH:1.1g SÓ:0.1g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:147.0kcal ZS:10.8g TZS:3.4g SZH:8.0g CK:1.9g FH:2.4g SÓ:0.5g CA:24.0mg 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 Sertés aprópecsenye (1;) EN:232.2kcal ZS:17.7g TZS:5.3g SZH:4.6g CK:0.0g FH:13.3g SÓ:0.6g CA:0.0mg Kefíres burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:284.0kcal ZS:7.6g TZS:1.2g SZH:42.9g CK:0.8g FH:6.4g SÓ:0.5g CA:24.0mg	Zöldborsóleves (1;3;9;) EN:188.1kcal ZS:5.6g TZS:0.8g SZH:23.9g CK:0.3g FH:7.9g SÓ:0.6g CA:0.0mg Bácskai rizseshús EN:577.4kcal ZS:15.8g TZS:2.8g SZH:81.5g CK:0.0g FH:26.9g SÓ:0.9g 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		
Napi összesítés	EN: 833.2 kcal; ZS: 21.9 g; TZS: 8.3 g; SZH: 123.2 g; CK: 43.9 g; FH: 32.8 g; SÓ: 1.7 g; CA: 300.0 mg;	EN: 713.1 kcal; ZS: 39.0 g; TZS: 11.2 g; SZH: 60.9 g; CK: 3.2 g; FH: 22.9 g; SÓ: 1.7 g; CA: 48.0 mg;	EN: 787.9 kcal; ZS: 21.5 g; TZS: 3.6 g; SZH: 108.1 g; CK: 1.9 g; FH: 36.8 g; SÓ: 2.3 g; CA: 0.0 mg;		