

Gasztvital	Hétfő 10.20	Kedd 10.21	Szerda 10.22	Csütörtök 10.23	Péntek 10.24
Ebéd	Sertés raguleves (1;9;) EN:213.4kcal ZS:13.1g TZS:3.8g SZH:11.1g CK:0.3g FH:12.1g SÓ:0.4g 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:229.6kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:41.7g CK:19.8g FH:8.8g SÓ:0.4g CA:216.0mg 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:143.7kcal ZS:10.8g TZS:3.4g SZH:7.6g CK:1.7g FH:2.3g 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:207.0kcal ZS:15.7g TZS:4.6g SZH:4.6g CK:0.0g FH:11.5g SÓ:0.5g CA:0.0mg Kefíres burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:213.6kcal ZS:5.7g TZS:1.0g SZH:32.3g CK:0.8g FH:5.0g SÓ:0.5g CA:24.0mg	Zöldborsóleves (1;3;9;) EN:162.9kcal ZS:5.4g TZS:0.7g SZH:19.8g CK:0.2g FH:6.6g SÓ:0.6g CA:0.0mg Bácskai rizseshús EN:478.0kcal ZS:13.3g TZS:2.4g SZH:66.0g CK:0.0g FH:23.0g SÓ:0.9g CA:0.0mg Savanyúság (10;) EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g FH:1.8g SÓ:0.7g		
Napi összesítés	EN: 621.5 kcal; ZS: 17.5 g; TZS: 6.6 g; SZH: 88.5 g; CK: 35.2 g; FH: 24.9 g; SÓ: 1.5 g; CA: 216.0 mg;	EN: 614.3 kcal; ZS: 35.0 g; TZS: 10.3 g; SZH: 49.9 g; CK: 3.1 g; FH: 19.5 g; SÓ: 1.6 g; CA: 48.0 mg;	EN: 660.5 kcal; ZS: 18.9 g; TZS: 3.2 g; SZH: 88.2 g; CK: 1.6 g; FH: 31.3 g; SÓ: 2.2 g; CA: 0.0 mg;		