

	Hétfő 11.10	Kedd 11.11	Szerda 11.12	Csütörtök 11.13	Péntek 11.14
Gasztvital Ebéd	Csirke becsináltleves (1;9;12;) EN:130.2kcal ZS:5.4g TZS:0.9g SZH:10.1g CK:0.3g FH:8.7g SÓ:0.6g CA:0.0mg Piskóta kocka (1;3;) EN:204.4kcal ZS:3.5g TZS:0.7g SZH:13.7g CK:16.4g FH:6.0g Csokoládé öntet (1;7;) EN:192.5kcal ZS:2.9g TZS:1.9g SZH:34.7g CK:27.1g FH:6.0g SÓ:0.7g CA:144.0mg Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Csontleves EN:78.6kcal ZS:3.2g TZS:0.9g SZH:7.3g CK:2.8g FH:4.6g SÓ:0.6g CA:0.0mg Levesbetét tészta (1;) EN:31.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:0.3g FH:1.1g SÓ:0.0g Sóska mártás (1;7;) EN:177.5kcal ZS:11.0g TZS:3.1g SZH:15.8g CK:8.8g FH:2.3g SÓ:0.7g CA:18.0mg Főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:142.4kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:23.0g FH:3.1g SÓ:0.6g	FokhagymakréMLEves (1;7;) EN:163.9kcal ZS:9.5g TZS:4.4g SZH:15.6g CK:0.8g FH:3.2g SÓ:0.5g CA:36.0mg Pirított kenyérkocka (1;) EN:61.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:12.4g CK:0.6g FH:2.0g SÓ:0.1g Mexikói sertésragu (1;) EN:212.6kcal ZS:11.4g TZS:2.2g SZH:8.2g CK:3.8g FH:15.9g SÓ:0.6g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:335.2kcal ZS:7.0g TZS:1.0g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:0.8g	Paradicsomleves (1;) EN:234.6kcal ZS:6.2g TZS:0.7g SZH:39.0g CK:25.2g FH:3.9g SÓ:0.3g Levesbetét tészta (1;) EN:31.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:0.3g FH:1.1g SÓ:0.0g Panírozott halrúd (1;4;) EN:303.4kcal ZS:15.4g TZS:1.5g SZH:25.1g CK:0.8g FH:14.5g SÓ:0.8g Párolt rizs EN:446.9kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:85.3g FH:10.2g SÓ:0.5g Tartármártás (3;7;10;) EN:243.3kcal ZS:21.6g TZS:5.8g SZH:9.0g CK:7.6g FH:1.3g SÓ:1.5g CA:36.0mg	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:134.2kcal ZS:4.1g TZS:2.7g SZH:21.7g CK:18.9g FH:1.4g SÓ:0.3g CA:24.0mg Pincepörkölt (sertés) (12;) EN:387.8kcal ZS:12.6g TZS:3.4g SZH:38.9g CK:0.0g FH:24.1g SÓ:0.8g 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 Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g