

Gasztvital	Hétfő 03.09	Kedd 03.10	Szerda 03.11	Csütörtök 03.12	Péntek 03.13
Ebéd	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;) EN:254.4kcal ZS:14.7g TZS:4.2g SZH:21.2g CK:0.3g FH:8.9g SÓ:0.8g Sertés pörkölt (1;) EN:168.4kcal ZS:8.9g TZS:2.0g SZH:3.6g CK:0.0g FH:16.9g SÓ:0.8g Tarhonya (1;) EN:400.7kcal ZS:6.7g TZS:1.0g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.5g Savanyúság (10;) EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Erőleves EN:97.1kcal ZS:4.2g TZS:1.2g SZH:8.2g CK:3.2g FH:5.9g SÓ:0.6g Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.0g 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 Tökfőzelék (1;7;) EN:259.5kcal ZS:15.6g TZS:5.1g SZH:24.4g CK:0.8g FH:4.6g 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	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:139.2kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:15.6g CK:0.4g FH:7.1g SÓ:0.1g Milánói spagetti (1;6;) EN:685.3kcal ZS:18.9g TZS:4.7g SZH:98.6g CK:12.3g FH:28.1g SÓ:1.4g Reszelt trappista sajt (7;) EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:10.2g SÓ:0.6g	Tavaszi zöldségleves (1;9;) EN:137.5kcal ZS:7.0g TZS:1.2g SZH:12.8g CK:0.7g FH:4.8g SÓ:0.6g Csirke aprópecsenye feltét (1;) EN:210.5kcal ZS:15.4g TZS:4.5g SZH:4.8g CK:0.0g FH:12.3g SÓ:0.7g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:461.4kcal ZS:18.3g TZS:5.2g SZH:46.7g CK:1.6g FH:20.4g 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 Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Meggyleves (1;7;) EN:190.8kcal ZS:6.9g TZS:4.5g SZH:28.1g CK:20.2g FH:2.8g SÓ:0.6g Panírozott halrúd (1;4;) EN:373.0kcal ZS:18.6g TZS:1.8g SZH:31.4g CK:1.0g FH:18.2g SÓ:0.9g Rizs köret 1/2 EN:214.4kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:38.8g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:0.8g Joghurtos mexikói saláta (3;7;10;) EN:143.3kcal ZS:9.5g TZS:3.0g SZH:10.3g CK:2.1g FH:3.6g SÓ:0.8g