

Gasztvital	Hétfő 03.30	Kedd 03.31	Szerda 04.01	Csütörtök 04.02	Péntek 04.03
Ebéd	Haséleves (1;7;9;) EN:275.8kcal ZS:18.8g TZS:6.7g SZH:14.7g CK:0.7g FH:11.5g SÓ:0.7g Gránátos kocka (1;12;) EN:391.2kcal ZS:6.6g TZS:0.9g SZH:69.5g CK:2.8g FH:11.4g SÓ:0.5g Savanyúság (10;) EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g FH:1.8g SÓ:0.7g	Csontleves EN:78.6kcal ZS:3.2g TZS:0.9g SZH:7.3g CK:2.8g FH:4.6g SÓ:0.6g Levesbetét tészta (1;) EN:31.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:0.3g FH:1.1g SÓ:0.0g Főtt tojás (3;) EN:36.7kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.1g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:271.8kcal ZS:6.0g TZS:1.0g SZH:33.7g CK:6.8g FH:15.6g 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 Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Tárkonyos zöldségleves (1;7;9;) EN:118.8kcal ZS:3.2g TZS:2.1g SZH:16.8g CK:0.7g FH:4.2g SÓ:2.5g Milánói spagetti (1;6;) EN:596.5kcal ZS:17.4g TZS:4.2g SZH:84.1g CK:11.6g FH:24.0g SÓ:1.1g 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	Tojásleves (1;3;) EN:78.0kcal ZS:5.0g TZS:0.8g SZH:5.7g CK:0.0g FH:2.3g SÓ:0.2g 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 Csiki mártás (3;7;10;) EN:97.7kcal ZS:7.2g TZS:3.0g SZH:14.6g CK:13.4g FH:1.1g SÓ:1.0g Párolt rizs EN:446.9kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:85.3g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.5g	