

Gasztvital	Hétfő 09.07	Kedd 09.08	Szerda 09.09	Csütörtök 09.10	Péntek 09.11
Ebéd	Csirkeraguleves (1;9;) EN:165.1kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:12.9g CK:0.4g FH:15.7g SÓ:0.6g Tejben dara (1;7;) EN:383.4kcal ZS:4.3g TZS:2.8g SZH:72.1g CK:28.3g FH:13.9g SÓ:0.4g Kakaó szórat EN:76.4kcal ZS:0.5g TZS:0.3g SZH:15.6g CK:15.0g FH:1.2g SÓ:0.1g Szilva EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g	100%-os ivólé EN:184.0kcal SZH:45.2g CK:43.2g Kukoricapehely morzsás csirkemellcsíkok (1;) EN:390.3kcal ZS:15.0g TZS:2.1g SZH:40.2g CK:1.6g FH:22.8g SÓ:2.6g Petrezselymes burgonya (12;) EN:277.3kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:46.1g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.5g 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	Tojásleves (1;3;) EN:85.8kcal ZS:5.1g TZS:0.8g SZH:7.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.2g Csirkepörkölt (12;) EN:162.6kcal ZS:8.9g TZS:1.6g SZH:2.7g CK:0.0g FH:17.1g SÓ:1.0g Sárgaborsófőzelék (1;) EN:376.0kcal ZS:13.7g TZS:2.5g SZH:44.7g CK:3.6g FH:16.9g 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	Reszelttészta leves (1;9;) EN:117.5kcal ZS:5.9g TZS:0.6g SZH:13.5g CK:2.1g FH:2.5g SÓ:1.2g Provance sertésragu (1;) EN:262.2kcal ZS:15.9g TZS:3.2g SZH:10.4g CK:3.4g FH:18.8g SÓ:0.7g Párolt rizs EN:515.4kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:96.9g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:0.5g	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 Tonhalas-spenótos penne (1;4;7;) EN:552.1kcal ZS:22.7g TZS:6.6g SZH:58.1g CK:4.5g FH:27.0g SÓ:1.6g Nápolyi szelet (1;7;) EN:93.2kcal ZS:5.4g TZS:2.1g SZH:10.2g CK:4.4g FH:1.0g SÓ:0.0g