

Gasztvital	Hétfő 05.19	Kedd 05.20	Szerda 05.21	Csütörtök 05.22	Péntek 05.23
Ebéd	Sertésragu leves (1;12;) EN:253.3kcal ZS:9.8g TZS:1.8g SZH:23.5g CK:4.3g FH:16.8g SÓ:0.8g CA:0.0mg Piskóta kocka (1;3;) EN:286.6kcal ZS:3.8g TZS:0.1g SZH:53.4g CK:23.3g FH:4.5g SÓ:0.4g Csokoládé öntet (7;) EN:90.9kcal ZS:1.7g TZS:1.1g SZH:15.1g CK:15.0g FH:3.5g SÓ:0.1g CA:120.0mg Alma EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g	Májgaluska leves (1;3;) EN:110.2kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:16.5g CK:2.8g FH:6.0g SÓ:3.0g CA:0.0mg Főtt tojás (3;) EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g FH:5.4g Sóska mártás (1;7;) EN:153.6kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:25.3g CK:4.0g FH:4.3g SÓ:1.3g CA:24.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:141.0kcal ZS:0.3g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:1.1g	Karfiol krémleves (1;7;) EN:108.1kcal ZS:7.1g TZS:2.9g SZH:7.2g CK:0.5g FH:3.2g SÓ:2.5g CA:21.6mg Napraforgómag EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g FH:1.9g Borsos sertés tokány (1;) EN:207.1kcal ZS:10.5g TZS:2.3g SZH:7.2g CK:0.0g FH:19.6g SÓ:2.1g CA:0.0mg Rizs köret EN:463.5kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:85.3g FH:10.2g SÓ:0.8g	Burgonyaleves (1;7;12;) EN:164.7kcal ZS:3.8g TZS:2.2g SZH:26.4g CK:1.1g FH:4.3g SÓ:1.3g CA:0.0mg Csirkepörkölt EN:167.5kcal ZS:9.4g TZS:1.8g SZH:3.2g CK:0.0g FH:16.1g SÓ:1.4g CA:0.0mg Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:347.9kcal ZS:8.8g TZS:1.9g SZH:47.3g CK:19.0g FH:15.7g SÓ:1.7g CA:120.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Sárgabarack krémleves (1;7;) EN:162.5kcal ZS:4.7g TZS:2.7g SZH:27.3g CK:19.3g FH:2.9g SÓ:0.6g CA:40.0mg Tavaszi bulgur sertéshússal (1;) EN:522.3kcal ZS:10.7g TZS:2.0g SZH:75.6g CK:10.9g FH:33.3g SÓ:1.5g CA:0.0mg
Ebéd B	Sertésragu leves (1;12;) EN:253.3kcal ZS:9.8g TZS:1.8g SZH:23.5g CK:4.3g FH:16.8g SÓ:0.8g CA:0.0mg Darás metélt (1;) EN:409.3kcal ZS:8.9g TZS:1.2g SZH:70.0g CK:3.0g FH:11.5g SÓ:1.3g Barack jam EN:72.9kcal SZH:17.4g CK:15.3g Alma EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g	Májgaluska leves (1;3;) EN:110.2kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:16.5g CK:2.8g FH:6.0g SÓ:3.0g CA:0.0mg Sült csirkecomb kocka EN:220.5kcal ZS:10.5g TZS:2.5g SZH:0.1g CK:0.0g FH:29.3g SÓ:1.7g CA:0.0mg Kelkáposzta főzelék (1;12;) EN:174.1kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:23.9g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:1.1g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Karfiol krémleves (1;7;) EN:108.1kcal ZS:7.1g TZS:2.9g SZH:7.2g CK:0.5g FH:3.2g SÓ:2.5g CA:21.6mg Napraforgómag EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g FH:1.9g Stroganoff sertéstokány * (1;7;10;12;) EN:206.8kcal ZS:10.2g TZS:4.5g SZH:6.8g CK:1.2g FH:20.4g SÓ:1.5g CA:55.5mg Párolt bulgur (1;) EN:368.6kcal ZS:3.9g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.9g CA:0.0mg	Burgonyaleves (1;7;12;) EN:164.7kcal ZS:3.8g TZS:2.2g SZH:26.4g CK:1.1g FH:4.3g SÓ:1.3g CA:0.0mg Cukkinis szárnyas vagdalt (1;3;6;) EN:280.1kcal ZS:8.4g TZS:1.9g SZH:29.4g CK:0.8g FH:19.7g SÓ:0.7g CA:0.0mg Finomfőzelék (1;7;) EN:280.3kcal ZS:6.4g TZS:1.4g SZH:46.7g CK:21.0g FH:8.0g SÓ:1.7g CA:96.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Sárgabarack krémleves (1;7;) EN:162.5kcal ZS:4.7g TZS:2.7g SZH:27.3g CK:19.3g FH:2.9g SÓ:0.6g CA:40.0mg Rakott tök (7;) EN:384.0kcal ZS:20.6g TZS:6.5g SZH:34.5g CK:0.9g FH:14.9g SÓ:0.2g CA:33.7mg