

Gasztvital	Hétfő 12.15	Kedd 12.16	Szerda 12.17	Csütörtök 12.18	Péntek 12.19
Tízórai	Málna tea EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Mátrai csemege szalámi EN: 72.0 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 2.8 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 2.7 g; SÓ: 0.4 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Citromos tea EN: 28.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 7.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Padlizsánkrem (10;) EN: 33.8 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 0.6 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.4 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; Vaníliás túrókrém (7;) EN: 46.7 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.9 g; SZH: 5.7 g; CK: 5.2 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.0 g; CA: 12.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Gyümölcs tea EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Trappista sajt (7;) EN: 70.4 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 3.6 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.4 g; FH: 5.0 g; SÓ: 0.3 g; CA: 160.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;
Ebéd	Babgulyás leves sertés (9;12;) EN: 152.6 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 1.2 g; SZH: 11.4 g; CK: 0.7 g; FH: 9.1 g; SÓ: 0.9 g; Kukoricadarás metélt EN: 349.9 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 68.3 g; FH: 5.4 g; SÓ: 0.9 g; Házi baracklekvár EN: 75.3 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 18.1 g; CK: 18.1 g; FH: 0.3 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Vajgaluska leves (3;9;12;) EN: 126.7 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 2.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 0.0 g; FH: 4.1 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Szárnyas vagdalt EN: 186.0 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.9 g; SZH: 30.5 g; CK: 0.2 g; FH: 10.2 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Finomfőzelék EN: 158.9 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 0.7 g; SZH: 30.1 g; CK: 4.9 g; FH: 4.3 g; SÓ: 1.0 g;	Zeller leves (9;) EN: 110.1 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 21.9 g; CK: 0.0 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.9 g; Milánói spagetti sertés EN: 309.6 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 2.7 g; SZH: 48.5 g; CK: 4.8 g; FH: 11.1 g; SÓ: 1.9 g; CA: 0.0 mg;	Magyaros karfiolleves (9;) EN: 43.4 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.3 g; SZH: 2.8 g; CK: 0.6 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.9 g; Csirkepörkölt EN: 107.5 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.6 g; FH: 10.5 g; SÓ: 1.1 g; Burgonyafőzelék gmtm (12;) EN: 141.2 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.0 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.5 g;	Paradicsomleves (9;) EN: 156.1 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 32.6 g; CK: 13.8 g; FH: 3.5 g; SÓ: 0.7 g; Rizseshús (sertés) EN: 341.6 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 1.6 g; SZH: 48.9 g; CK: 0.0 g; FH: 14.3 g; SÓ: 0.9 g; Fahéjas rizskeksz EN: 35.2 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 7.7 g; CK: 2.3 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;
Uzsonna	margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Lapka sajt (7;) EN: 1.4 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.1 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; CA: 3.2 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Fürdői sonka EN: 93.4 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.3 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.5 g; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;	Kockasajt, natúr (7;) EN: 70.5 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.8 g; CK: 1.4 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.5 g; CA: 172.5 mg; Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;	Tojáskrém (3;7;) EN: 53.8 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 2.7 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.1 g; CA: 5.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Lilahagyma EN: 40.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 8.3 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.0 g;	Házi csirkehúskrém (7;) EN: 69.3 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 3.9 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.6 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g; CA: 15.0 mg; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;