

Gasztvital	Hétfő 07.07	Kedd 07.08	Szerda 07.09	Csütörtök 07.10	Péntek 07.11
Tízórai	Citromos tea (12;) EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Tökmagos vajkrém (7;) EN:75.0kcal ZS:6.7g TZS:2.2g SZH:2.1g CK:0.2g FH:2.6g SÓ:0.1g CA:3.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Tej 1,5% (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:120.0mg Csokoládés gabonagolyó (1;6;7;) EN:94.3kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:19.3g CK:7.0g FH:1.9g SÓ:0.1g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Kenőmájás (6;10;) EN:70.5kcal ZS:6.5g TZS:2.6g SZH:0.1g CK:0.0g FH:3.4g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Kakaó (7;) EN:91.4kcal ZS:2.4g TZS:1.5g SZH:11.1g CK:10.7g FH:4.0g SÓ:0.1g CA:133.3mg Foszlós kakaós kalács (1;3;6;7;13;) EN:89.3kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:15.6g CK:2.5g FH:2.5g SÓ:0.2g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Kockasajt 2 db (7;) EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g CA:201.3mg Teljeskiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g
Ebéd	Lencsegyulyás (9;12;) EN:259.2kcal ZS:11.7g TZS:3.0g SZH:19.5g CK:0.0g FH:15.8g SÓ:1.2g CA:0.0mg Tejbedara (1;7;) EN:349.6kcal ZS:7.5g TZS:4.3g SZH:58.0g CK:28.0g FH:8.7g SÓ:0.4g CA:198.0mg Fahéjszórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Daragaluskaleves (1;3;9;12;) EN:124.8kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:17.1g CK:0.0g FH:3.3g SÓ:1.5g Lasagne húsos-halás (1;4;7;) EN:508.8kcal ZS:23.8g TZS:10.2g SZH:47.3g CK:4.9g FH:24.2g SÓ:1.2g CA:48.0mg	Tejfölös karfiolleves (1;7;) EN:137.1kcal ZS:4.9g TZS:2.9g SZH:16.9g CK:1.5g FH:4.9g SÓ:2.2g CA:36.0mg Fokhagymás sertés aprópecsenye (1;) EN:164.5kcal ZS:8.9g TZS:1.8g SZH:6.9g CK:0.0g FH:13.3g SÓ:0.8g Tepsis burgonya (12;) EN:111.7kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:20.2g FH:2.8g SÓ:2.0g Alma EN:18.6kcal ZS:0.2g SZH:4.2g	Csontleves (1;3;9;12;) EN:135.4kcal ZS:4.0g TZS:1.3g SZH:13.5g CK:0.3g FH:10.5g SÓ:1.6g CA:0.0mg Vagdalt pogácsa - sertés (1;3;6;8;11;12;) EN:284.5kcal ZS:27.3g TZS:4.9g SZH:1.2g CK:0.0g FH:8.3g SÓ:0.7g CA:0.0mg Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:289.8kcal ZS:13.1g TZS:3.2g SZH:32.3g CK:12.5g FH:8.7g SÓ:0.8g CA:67.1mg Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Őszibarackkrémleves (1;7;) EN:243.5kcal ZS:3.4g TZS:2.4g SZH:50.9g CK:40.4g FH:2.4g SÓ:0.4g CA:35.3mg Zöldséges rizses csirkemáj (7;12;) EN:363.1kcal ZS:11.9g TZS:3.4g SZH:44.1g CK:0.2g FH:19.2g SÓ:1.6g CA:80.0mg Fejessaláta EN:0.0kcal ZS:0.0g SZH:0.0g FH:0.0g
Uzsonna	Kedvenc ízek szerencseszelet (6;10;) EN:38.3kcal ZS:2.5g TZS:1.0g SZH:0.7g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.5g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Jégcsapretek EN:3.0kcal ZS:0.0g SZH:0.4g FH:0.2g	Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7;) EN:72.0kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:1.5g CK:1.1g FH:4.3g SÓ:0.1g CA:29.5mg Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g	Mákos búrkifli (1;6;) EN:232.1kcal ZS:10.1g TZS:4.3g SZH:24.1g CK:11.3g FH:4.0g SÓ:0.2g	Löncshús KREL EN:36.0kcal ZS:2.8g TZS:1.1g SZH:0.3g CK:0.2g FH:2.4g SÓ:0.5g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g SZH:0.8g FH:0.2g	Briós (1;3;6;7;) EN:81.9kcal ZS:2.1g TZS:0.8g SZH:14.2g CK:2.3g FH:2.2g SÓ:0.2g

Gasztvital	Hétfő 07.14	Kedd 07.15	Szerda 07.16	Csütörtök 07.17	Péntek 07.18
Tízórai	Citromos tea (12;) EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Vajkrém, magyaros (7;) EN:17.4kcal ZS:1.8g TZS:1.1g SZH:0.3g CK:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g CA:2.5mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Vaníliás tej (7;) EN:73.5kcal ZS:1.7g TZS:1.1g SZH:9.6g CK:9.6g FH:3.2g SÓ:0.0g CA:132.0mg Sós kalács (1;3;6;7;) EN:89.3kcal ZS:2.1g TZS:0.9g SZH:14.6g CK:0.9g FH:3.4g SÓ:0.2g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Mustáros lencsekrém (10;) EN:102.3kcal ZS:3.5g TZS:1.4g SZH:10.7g CK:0.0g FH:5.2g SÓ:0.5g CA:0.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g SZH:0.8g FH:0.2g	Tej 2,8% (7;) EN:62.0kcal ZS:2.8g TZS:1.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:120.0mg Méz EN:30.4kcal SZH:8.2g CK:8.2g FH:0.0g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Abaúj kefir (7;) EN:54.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:3.8g FH:3.0g Teljeskiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g
Ebéd	Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12;) EN:186.8kcal ZS:9.7g TZS:3.0g SZH:12.9g CK:1.3g FH:10.4g SÓ:0.9g CA:15.6mg Dejős-lekváros rakottmetélt (1;) EN:454.7kcal ZS:15.3g TZS:1.7g SZH:66.6g CK:18.8g FH:10.9g SÓ:4.6g Alma EN:18.6kcal ZS:0.2g SZH:4.2g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Csurgatott tojásleves (1;3;) EN:89.2kcal ZS:6.6g TZS:0.9g SZH:5.3g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg Zöldséges pulykarakottás rizszel (1;7;12;) EN:548.7kcal ZS:34.6g TZS:10.2g SZH:41.2g CK:2.2g FH:16.0g SÓ:2.0g CA:66.0mg	Gyümölcsleves (1;7;) EN:129.3kcal ZS:1.8g TZS:1.1g SZH:25.2g CK:18.0g FH:1.8g SÓ:0.4g CA:23.2mg Sült csirkecomb ketchupos EN:112.0kcal ZS:5.0g TZS:1.2g SZH:3.0g CK:2.1g FH:12.8g SÓ:1.8g CA:0.0mg Zöldséges kuskusz (1;7;) EN:333.9kcal ZS:12.8g TZS:4.0g SZH:45.2g CK:1.5g FH:9.3g SÓ:0.4g	Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12;) EN:153.6kcal ZS:7.3g TZS:2.0g SZH:18.4g CK:0.7g FH:3.4g SÓ:0.8g CA:0.0mg Tökfőzelék (1;7;) EN:327.2kcal ZS:20.0g TZS:5.5g SZH:31.1g CK:11.0g FH:4.2g SÓ:0.5g CA:36.0mg Sertéspörkölt (1;) EN:192.9kcal ZS:10.8g TZS:2.0g SZH:9.3g CK:0.0g FH:13.6g SÓ:1.0g CA:0.0mg Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:143.3kcal ZS:10.7g TZS:5.0g SZH:8.3g CK:1.3g FH:3.1g SÓ:0.3g CA:16.5mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Rántott csirkemell magvas bundában (1;3;7;) EN:396.7kcal ZS:24.9g TZS:3.3g SZH:26.1g CK:0.6g FH:16.0g SÓ:1.1g CA:9.0mg Petrezselymes burgonya (7;12;) EN:177.5kcal ZS:3.6g TZS:0.9g SZH:29.0g FH:3.9g SÓ:1.5g Uborkasaláta EN:24.5kcal ZS:0.1g SZH:5.4g CK:4.5g FH:0.5g SÓ:0.5g
Uzsonna	Sajtos sertés párizsi (6;7;) EN:44.4kcal ZS:3.6g TZS:1.4g SZH:0.8g CK:0.3g FH:2.2g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Petrezselymes túrókrém (7;) EN:56.5kcal ZS:3.7g TZS:2.4g SZH:1.1g CK:1.1g FH:4.0g SÓ:0.5g CA:31.5mg Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Tv paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Kakaós csiga (1;7;) EN:219.5kcal ZS:9.8g TZS:6.2g SZH:29.3g CK:11.3g FH:3.1g SÓ:0.3g	Tonhalkrém (4;7;) EN:82.5kcal ZS:7.5g TZS:2.8g FH:4.0g SÓ:0.2g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Jégcsapretek EN:2.3kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Túrós táska (1;6;7;) EN:87.5kcal ZS:3.8g TZS:1.9g SZH:12.5g CK:4.0g FH:1.4g SÓ:0.0g

Gasztvital	Hétfő 07.21	Kedd 07.22	Szerda 07.23	Csütörtök 07.24	Péntek 07.25
Tízórai	Citromos tea (12;) EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Ementáli lapka sajt 150g (7;) Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Tej 2,8% (7;) EN:62.0kcal ZS:2.8g TZS:1.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:120.0mg Barack lekvár EN:24.3kcal SZH:5.8g CK:5.1g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Főtt virsli (6;) EN:104.4kcal ZS:7.8g TZS:3.2g SZH:0.1g CK:0.1g FH:8.4g SÓ:1.3g Mustár (10;) EN:8.9kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:0.4g CK:0.3g FH:0.3g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Tej 2,8% (7;) EN:62.0kcal ZS:2.8g TZS:1.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:120.0mg Kukoricapehely (1;) EN:77.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:17.0g CK:1.2g FH:1.6g SÓ:0.3g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Abaúj natúr joghurt 100g (7;) EN:55.0kcal ZS:3.0g TZS:1.9g SZH:3.8g CK:3.8g FH:3.3g SÓ:0.0g Teljeskiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g
Ebéd	Tárkonyos csirkeragu leves (1;7;9;12;) EN:286.7kcal ZS:20.3g TZS:5.8g SZH:13.8g CK:1.1g FH:10.9g SÓ:0.9g CA:19.6mg Mákkostészta (1;) EN:405.1kcal ZS:14.8g TZS:1.8g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:2.5g Alma EN:18.6kcal ZS:0.2g SZH:4.2g	Zöldborsóleves (1;9;12;) EN:134.2kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:15.6g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:0.0mg Rakottburgonya kolbásszal (1;3;7;12;) EN:591.2kcal ZS:36.6g TZS:14.8g SZH:38.7g CK:1.8g FH:21.9g SÓ:1.9g CA:56.0mg	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:203.7kcal ZS:2.2g TZS:1.4g SZH:41.8g CK:21.6g FH:2.4g SÓ:0.0g CA:24.3mg Panírozott dinó szelet (1;3;6;7;9;10;) EN:164.5kcal ZS:7.7g TZS:1.7g SZH:16.1g CK:0.6g FH:6.7g SÓ:0.9g Kukoricás rizs EN:550.6kcal ZS:5.3g TZS:0.5g SZH:44.0g CK:2.3g FH:3.9g SÓ:1.5g Káposztasaláta (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g	Orjaleves (1;9;) EN:105.8kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:16.4g CK:2.6g FH:4.9g SÓ:1.1g CA:0.0mg Főtt sertéshús EN:146.7kcal ZS:7.3g TZS:2.8g SZH:0.4g FH:18.9g SÓ:0.2g Sóskamártás (1;7;) EN:131.8kcal ZS:5.1g TZS:1.0g SZH:17.7g CK:15.0g FH:2.2g SÓ:0.8g CA:50.6mg Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g SZH:18.4g FH:2.5g SÓ:1.3g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:180.1kcal ZS:7.5g TZS:1.5g SZH:19.1g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:1.0g CA:0.0mg 100 %-os halrudacska (1;4;) EN:197.6kcal ZS:13.6g TZS:1.4g SZH:11.4g CK:0.4g FH:6.6g SÓ:0.3g Zöldséges bulgur (1;) EN:313.5kcal ZS:4.5g TZS:0.3g SZH:56.5g CK:8.8g FH:10.7g SÓ:1.5g Csemege uborka (10;12;) EN:5.5kcal ZS:0.1g SZH:0.9g CK:0.2g FH:0.4g SÓ:0.9g
Uzsonna	Zala felvágott KREL EN:48.0kcal ZS:4.0g TZS:1.6g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.6g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:26.5g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	Zöldhagymás kenőmájás (6;7;) EN:65.0kcal ZS:4.9g SZH:0.8g FH:2.7g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Margarinos pogácsa (1;6;7;) EN:216.3kcal ZS:13.1g TZS:1.2g SZH:27.9g CK:3.3g FH:4.6g SÓ:0.6g	Csemege turista szalámi EN:34.5kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:1.6g SÓ:0.3g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g SZH:0.8g FH:0.2g	Banánlevél (1;3;6;7;) EN:210.4kcal ZS:8.8g TZS:3.0g SZH:30.8g CK:9.9g FH:4.8g SÓ:0.3g Körte EN:31.2kcal SZH:7.2g CK:0.9g FH:0.2g

Gasztvital	Hétfő 07.28	Kedd 07.29	Szerda 07.30	Csütörtök 07.31	Péntek 08.01
Tízórai	Citromos tea (12;) EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Abaúj natúr sajtkrém (7;) EN:47.4kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:3.3g CK:2.7g FH:3.1g SÓ:0.5g CA:172.5mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Tejeskávé (1;7;) EN:159.5kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:30.9g CK:29.6g FH:3.1g SÓ:0.0g CA:120.0mg Fahéjas kifli (1;3;7;) EN:133.8kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:23.8g CK:4.6g FH:3.9g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Gyümölcsös túrókrém (7;) EN:75.6kcal ZS:3.7g TZS:2.3g SZH:5.5g CK:5.1g FH:4.5g SÓ:0.0g CA:20.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Tej 2,8% (7;) EN:62.0kcal ZS:2.8g TZS:1.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:120.0mg Alma - áfonya lekvár EN:12.7kcal SZH:3.0g CK:2.6g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Gyümölcsös tea (12;) EN:26.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Epres joghurt (7;) EN:62.0kcal ZS:1.6g TZS:1.0g SZH:8.4g CK:8.2g FH:3.4g SÓ:0.1g CA:120.0mg Teljeskiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g
Ebéd	Gulyásleves sertéshússal (9;12;) EN:182.1kcal ZS:8.4g TZS:1.5g SZH:12.8g CK:0.0g FH:11.9g SÓ:1.2g CA:0.0mg Tejberizs (7;) EN:129.5kcal ZS:2.6g TZS:1.6g SZH:20.2g CK:8.0g FH:4.6g SÓ:0.4g CA:135.0mg Barackos mangós gyümölcsöntet EN:30.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.3g CK:5.1g FH:0.4g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Zöldséges fehérbableves (1;9;12;) EN:94.3kcal ZS:2.3g TZS:0.3g SZH:14.2g CK:0.7g FH:3.7g SÓ:0.8g CA:0.0mg Debreceni Sertéstokány EN:236.3kcal ZS:17.6g TZS:4.6g SZH:1.9g CK:0.0g FH:16.3g SÓ:1.5g CA:0.0mg Főtt burgonya (12;) EN:178.6kcal ZS:0.4g SZH:35.0g FH:4.8g SÓ:0.5g Görögdinnye EN:29.0kcal SZH:6.5g CK:1.9g FH:0.5g	Paradicsomleves (1;9;12;) EN:232.7kcal ZS:6.9g TZS:0.8g SZH:38.8g CK:21.2g FH:3.2g SÓ:0.5g CA:0.0mg Tarhonyáschús pulykahússal (1;12;) EN:490.1kcal ZS:21.5g TZS:3.0g SZH:52.0g CK:2.5g FH:21.2g SÓ:1.9g CA:0.0mg Mongol saláta (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g FH:1.3g SÓ:0.5g	Tejfölös burgonyaleves (1;7;12;) EN:122.2kcal ZS:3.2g TZS:2.0g SZH:18.7g CK:2.7g FH:2.7g SÓ:0.7g CA:18.0mg Édes-savanyú csirkecomb (1;6;10;) EN:164.3kcal ZS:9.3g TZS:2.4g SZH:10.6g CK:5.8g FH:8.5g SÓ:1.4g CA:0.0mg Párolt rizs EN:394.3kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:69.8g FH:8.4g SÓ:0.6g	Zellerkrémleves pirított magvakkal (1;7;9;12;) EN:231.6kcal ZS:18.0g TZS:4.4g SZH:12.6g CK:0.7g FH:4.4g SÓ:0.8g CA:24.0mg Rántott borda (1;3;) EN:382.6kcal ZS:25.7g TZS:4.1g SZH:22.4g CK:0.2g FH:14.5g SÓ:1.4g Burgonyapüré (7;12;) EN:224.8kcal ZS:6.6g TZS:3.2g SZH:32.1g CK:1.7g FH:5.2g SÓ:1.1g CA:45.0mg Kovászos uborka (1;10;) EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.8g CK:0.9g FH:0.3g SÓ:1.0g
Uzsonna	Zöldséges felvágott KREL (10;) EN:31.0kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:0.8g CK:0.3g FH:1.6g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Kockasajt, zöldfűszeres (7;) EN:69.3kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g CA:201.3mg Teljeskiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g	Mixxel szórt pogácsa (1;3;6;7;) EN:108.1kcal ZS:7.4g TZS:1.5g SZH:11.3g CK:0.4g FH:3.0g SÓ:0.3g	Olasz felvágott KREL EN:47.2kcal ZS:4.0g TZS:1.5g SZH:0.4g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Tv paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Fahéjas csiga (1;6;) EN:210.4kcal ZS:8.5g TZS:4.0g SZH:28.6g CK:7.9g FH:3.5g SÓ:0.2g Alma EN:18.6kcal ZS:0.2g SZH:4.2g