

	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16	Szombat 10.17	Vasárnap 10.18
Reggeli	Barackos tea (12;) EN: 36.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Baromfi párizsi EN: 79.0 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.3 g; FH: 5.2 g; SÓ: 1.0 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Kakaó (dobozos) (7;) EN: 140.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 2.2 g; SZH: 22.0 g; CK: 18.8 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Jam EN: 105.6 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 25.6 g; CK: 25.2 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Tej (dobozos) (7;) EN: 112.0 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 4.0 g; SZH: 9.2 g; CK: 9.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; Sárgarépás margarin EN: 66.3 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.8 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.2 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Citromos tea (12;) EN: 36.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Tonhalkrém (4;) EN: 109.7 kcal; ZS: 7.7 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 10.0 g; SÓ: 0.6 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Gyümölcs tea EN: 36.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Füstölt csirkemell sonka EN: 72.0 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; CK: 0.5 g; FH: 12.7 g; SÓ: 2.2 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g; Paradicsom EN: 9.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.6 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;		
Tízórai	Kockasajt (7;) EN: 83.1 kcal; ZS: 7.4 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.2 g; CK: 1.4 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.5 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Gyümölcsjoghurt (7;) EN: 77.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 1.4 g; SZH: 11.0 g; CK: 11.0 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.0 g; Vaníliás keksz EN: 133.0 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 3.4 g; SZH: 19.6 g; CK: 5.3 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.1 g;	Banán db EN: 105.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 24.2 g; CK: 15.0 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.0 g;	Kefir (7;) EN: 91.5 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 3.4 g; SZH: 5.7 g; CK: 5.7 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.1 g; Kakaós keksz EN: 129.9 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 3.5 g; SZH: 18.5 g; CK: 5.3 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.1 g;	Alma db EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;		
Ebéd A	Amerikai kukoricas csirkeragu leves (12;) EN: 267.7 kcal; ZS: 12.1 g; TZS: 5.0 g; SZH: 26.2 g; CK: 1.5 g; FH: 14.9 g; SÓ: 1.7 g; Káposztás kocka EN: 452.6 kcal; ZS: 10.8 g; TZS: 1.2 g; SZH: 81.0 g; CK: 12.7 g; FH: 5.8 g; SÓ: 0.8 g;	Burgonyaleves (9;12;) EN: 163.9 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 0.8 g; SZH: 19.2 g; CK: 2.0 g; FH: 2.6 g; SÓ: 1.6 g; Főtt virsli EN: 211.2 kcal; ZS: 16.5 g; TZS: 2.4 g; SZH: 3.3 g; CK: 0.3 g; FH: 12.1 g; SÓ: 2.3 g; Paradicsomos káposztafőzelék (9;) EN: 399.9 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 1.0 g; SZH: 68.3 g; CK: 33.5 g; FH: 6.7 g; SÓ: 1.6 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Zöldségleves EN: 188.1 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 1.0 g; SZH: 22.6 g; CK: 3.5 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.1 g; Szárnyasragu vitál módra EN: 255.5 kcal; ZS: 11.2 g; TZS: 2.0 g; SZH: 18.3 g; CK: 7.8 g; FH: 19.2 g; SÓ: 1.2 g; Rizs köret EN: 326.5 kcal; ZS: 5.8 g; TZS: 0.7 g; SZH: 62.0 g; CK: 0.0 g; FH: 7.4 g; SÓ: 1.5 g;	Reszelt tészta leves EN: 190.5 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 1.0 g; SZH: 22.8 g; CK: 4.0 g; FH: 2.2 g; SÓ: 1.6 g; Sült csirkecombfilé EN: 197.5 kcal; ZS: 10.8 g; TZS: 2.1 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 23.1 g; SÓ: 1.0 g; Petrezselymes burgonya (12;) EN: 289.5 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 2.8 g; SZH: 46.4 g; CK: 0.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.5 g; Csemege uborka * (10;12;) EN: 8.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; CK: 0.3 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.4 g;	Zellerkrémleves (9;) EN: 165.4 kcal; ZS: 13.3 g; TZS: 4.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 1.3 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.8 g; Citromos halragu (4;) EN: 240.2 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 6.5 g; SZH: 7.5 g; CK: 0.4 g; FH: 12.7 g; SÓ: 0.9 g; Sárgarépás rizs EN: 409.4 kcal; ZS: 11.6 g; TZS: 1.3 g; SZH: 68.3 g; CK: 2.3 g; FH: 8.5 g; SÓ: 1.3 g;	Magyaros zöldbabeleves EN: 168.1 kcal; ZS: 8.2 g; TZS: 0.8 g; SZH: 22.1 g; CK: 2.1 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.2 g; Rakott tök EN: 425.5 kcal; ZS: 17.0 g; TZS: 6.7 g; SZH: 47.1 g; CK: 0.2 g; FH: 19.5 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;	Erőleves EN: 142.3 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 0.9 g; SZH: 16.8 g; CK: 3.5 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.9 g; Csirkepörkölt EN: 224.0 kcal; ZS: 12.9 g; TZS: 2.2 g; SZH: 4.4 g; CK: 0.0 g; FH: 21.5 g; SÓ: 1.9 g; Tészta köret (1;) EN: 396.5 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 0.8 g; SZH: 71.0 g; CK: 2.2 g; FH: 13.0 g; SÓ: 1.0 g; Cékla EN: 34.4 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 5.6 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.2 g;
Uzsonna	Alma db EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Szilva EN: 50.4 kcal; SZH: 11.2 g; CK: 3.0 g; FH: 0.6 g;	Lapka sajt (7;) EN: 91.1 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 3.8 g; SZH: 3.0 g; CK: 3.0 g; FH: 7.1 g; SÓ: 0.9 g;	Mandarin EN: 36.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.8 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g;	Kakaós kölespuding EN: 135.8 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.3 g; SZH: 27.6 g; CK: 6.6 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.1 g;		

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16	Szombat 10.17	Vasárnap 10.18
Uzsonna			Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;				
Vacsora	Csirkemell sonka EN: 54.5 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.7 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.2 g; FH: 7.5 g; SÓ: 1.1 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g; Paprika EN: 12.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g;	Szárnyas vagdalt (1;) EN: 191.3 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 1.3 g; SZH: 22.7 g; CK: 0.1 g; FH: 16.3 g; SÓ: 0.8 g; Burgonyapüré (12;) EN: 326.3 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.7 g; SZH: 60.9 g; CK: 4.1 g; FH: 7.1 g; SÓ: 1.7 g; Uborka saláta EN: 28.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 3.0 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.0 g;	Sült pulykahúskrém EN: 88.3 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.8 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.0 g; FH: 8.3 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g; Savanyúkáposzta EN: 16.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 2.7 g; CK: 1.6 g; FH: 0.9 g; SÓ: 1.4 g;	Zöldséges húsos köles EN: 429.3 kcal; ZS: 8.2 g; TZS: 2.2 g; SZH: 60.6 g; CK: 1.9 g; FH: 26.2 g; SÓ: 0.8 g;	Baromfihúskrém EN: 98.7 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.4 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 232.0 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 43.0 g; CK: 1.6 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g;		