

Gasztvital	Hétfő 06.16	Kedd 06.17	Szerda 06.18	Csütörtök 06.19	Péntek 06.20
Salátabár	Tanítás nélküli munkanap	Ananászbefőtt EN:56.8kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.4g SÓ:0.2g Rágórépa EN:32.0kcal ZS:0.1g SZH:6.6g FH:1.0g SÓ:0.0g Cézársaláta (3;7;10;) EN:57.3kcal ZS:4.1g TZS:1.7g SZH:1.5g CK:0.5g FH:3.1g SÓ:0.5g CA:12.0mg félbarna kenyér (1;) EN:79.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g FH:2.8g SÓ:0.0g Barack lekvár EN:48.6kcal SZH:11.6g CK:10.2g	Alma EN:38.5kcal ZS:0.4g SZH:7.7g FH:0.4g Kígyóuborkahasáb EN:9.6kcal ZS:0.1g SZH:1.4g FH:0.8g Paprikasaláta sb EN:19.1kcal ZS:0.1g SZH:3.1g CK:0.3g FH:0.8g SÓ:0.4g	Körte EN:57.2kcal SZH:13.2g CK:1.7g FH:0.4g Savanyú uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g Francia saláta * (3;7;10;12;) EN:258.7kcal ZS:10.6g TZS:5.7g SZH:26.2g CK:14.5g FH:7.9g SÓ:1.2g CA:0.0mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:79.3kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g FH:2.9g SÓ:0.0g Magyaros szendvicsskrém (7;) EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g CA:10.0mg	Őszibarackbefőtt EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g SÓ:0.0g Paprikacsíkok sb EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:3.8g FH:1.1g Kertészsaláta EN:60.4kcal ZS:0.2g SZH:12.2g CK:6.0g FH:1.7g SÓ:1.0g