ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

BUDAPEST KÖZÉPISKOLA

42. hét 2018.10.15. - 2018.10.21.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai					
Ebéd	Zöldborsóleves vajas galuskával (1;3;6;7) Pásztor tarhonya sertés (1;6;12) Kovászos uborka (1;10)	Csontleves (9) Levesbetét tészta (1;3) Brokkoli főzelék (1;7) Főtt virsli Félbarna kenyér (1)	Paradicsomleves (1;3;9) Rántott halporció (1;3;4) Rizs köret Tartármártás (3;7;10)	Sárgaborsóleves (1) Finomfőzelék (1;7) Sült csirkegaluska (1;3) Görögdinnye Félbarna kenyér (1)	100 %-os gyümölcslé Majorannás pulykatokány (7) Tészta köret (1)
	EN:832 ZS:33,9 TZS:8,4 FH:38,5 SZH:95,4 CK:7,0 SO:10,3	EN:687 ZS:24,5 TZS:5,5 FH:26,4 SZH:85,2 CK:14,0 SO:16,1	EN:1287 ZS:68,2 TZS:8,8 FH:28,4 SZH:139,1 CK:32,7 SO:4,9	EN:1452 ZS:44,7 TZS:11,8 FH:78,9 SZH:175,3 CK:26,0 SO:9,4	EN:687 ZS:15,3 TZS:4,0 FH:32,2 SZH:102,1 CK:25,0 SO:2,5
Uzsonna					

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközlünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: ***EN*** *(számított energia; kcal/adag),* ***ZS*** *(zsír; g/adag),* ***TZS*** *(telített zsírsav; g/adag),* ***FH*** *(fehérje; g/adag),* ***SZH*** *(szénhidrát; g/adag),* ***CK*** *(cukor; g/adag),* ***SÓ*** *(só; g/adag)*

*Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.*

GasztroVital