

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Glutén-, tej-, tojás-, olajosmag-, fruktózszegény)

8. hét 2024.02.19. - 2024.02.25.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tea szőlőcukorral (12) Olasz felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Rizs ital Petrezselymes margarin Gluténmentes kenyér	Tea szőlőcukorral Zala felvágott margarin Abonett	Kakaós rizsital szőlőcukorral margarin Gluténmentes kenyér	Tea szőlőcukorral (12) Tonhalkrém (4;10) Gluténmentes kenyér
EN:323 ZS:11,1 TZS:4,2 FH:6,6 SZH:47,4 CK:5,5 SO:2,0	EN:444 ZS:16,2 TZS:5,4 FH:3,8 SZH:69,2 CK:11,5 SO:1,5	EN:170 ZS:10,0 TZS:3,3 FH:6,2 SZH:13,2 CK:3,9 SO:0,8	EN:401 ZS:8,1 TZS:2,5 FH:4,0 SZH:76,2 CK:17,0 SO:1,5	EN:359 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7 SZH:47,1 CK:5,6 SO:1,6
Palócleves (sertés) (10;12) "Tejben dara" rizsitalból Fahéj szórat szőlőcukorral	Zöldségleves (9;12) Egyben sertésvagdalt Zöldbabfőzelék	Zellerkrémleves (9;12) Csirkepörkölt Rizs köret	Csontleves tésztával (9) Natúr sertésszelet Főtt burgonya (12) Paraj mártás	Magyaros burgonyaleves (12) Carbonara spagetti
EN:625 ZS:17,3 TZS:4,3 FH:13,2 SZH:103,0 CK:59,1 SO:1,0	EN:374 ZS:10,9 TZS:4,3 FH:18,4 SZH:53,4 CK:6,6 SO:2,5	EN:609 ZS:12,8 TZS:2,0 FH:23,6 SZH:99,6 CK:1,3 SO:3,0	EN:548 ZS:11,9 TZS:3,0 FH:24,5 SZH:79,3 CK:7,0 SO:4,3	EN:527 ZS:15,0 TZS:3,2 FH:14,7 SZH:81,0 CK:5,2 SO:2,9
magyaros margarinkrém Abonett	Bazsalikomos margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Kapros margarin Gluténmentes kenyér	Baromfi párizsi margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Brokkolikrém Abonett
EN:214 ZS:18,5 TZS:5,8 FH:2,2 SZH:9,0 CK:0,2 SO:0,5	EN:185 ZS:12,4 TZS:3,9 FH:1,7 SZH:15,7 CK:0,2 SO:0,1	EN:314 ZS:13,6 TZS:5,0 FH:3,0 SZH:43,2 CK:1,9 SO:1,4	EN:168 ZS:9,0 TZS:2,7 FH:4,9 SZH:16,1 CK:0,4 SO:0,6	EN:69 ZS:0,8 TZS:0,1 FH:3,0 SZH:11,6 CK:1,2 SO:0,3

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. 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 - Rákkfélek; 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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital