ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Olajosmag-, hüvelyesmentes)

8. hét 2024.02.19. - 2024.02.25.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Meggyes tea Olasz felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Tej 2dl (7) lekvár * margarin Gluténmentes kenyér	Citromos tea Zala felvágott margarin Abonett	Kakaó (7) margarin Gluténmentes kenyér	Barackos tea Házi zöldségkrém (10) Gluténmentes kenyér Kígyóuborka
	EN:344 ZS:11,1 TZS:4,2 FH:6,6 SZH:52,6 CK:10,7 SO:2,0	EN:353 ZS:8,1 TZS:2,0 FH:9,6 SZH:58,6 CK:17,3 SO:1,5	EN:192 ZS:10,0 TZS:3,3 FH:6,2 SZH:18,6 CK:9,3 SO:0,8	EN:362 ZS:8,3 TZS:2,1 FH:9,8 SZH:60,3 CK:18,9 SO:1,5	EN:287 ZS:3,4 TZS:1,7 FH:4,7 SZH:56,5 CK:11,7 SO:2,2
Ebéd	Sertés raguleves (9) Tejben dara kukoricadarából (7) Fahéj szórat	Zöldségleves (9;12) Egyben sertésvagdalt Burgonyafőzelék (7;12) alma	Almakrémleves (7) Csirkepörkölt Rizs köret Csemege uborka (10)	Csontleves tésztával (9) Natúr sertésszelet Főtt burgonya (12) Paraj mártás (7)	Magyaros burgonyaleves (12) Milánói spagetti sertés
	EN:513 ZS:7,1 TZS:3,6 FH:21,4 SZH:87,6 CK:55,4 SO:1,7	EN:495 ZS:10,0 TZS:5,3 FH:19,7 SZH:76,0 CK:2,3 SO:2,2	EN:699 ZS:14,3 TZS:3,9 FH:25,1 SZH:117,2 CK:16,2 SO:3,5	EN:581 ZS:13,1 TZS:3,0 FH:27,8 SZH:81,7 CK:11,0 SO:4,4	EN:447 ZS:9,6 TZS:3,2 FH:14,9 SZH:72,6 CK:6,6 SO:2,3
Uzsonna	Magyaros vajkrém (7) Abonett Kígyóuborka	Kockasajt, natúr (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Metélőhagymás szendvicskrém (7) Gluténmentes kenyér Lilahagyma	Baromfi párizsi margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) Paprika	Brokkolikrém Abonett
	EN:186 ZS:12,9 TZS:8,1 FH:4,1 SZH:12,9 CK:1,0 SO:0,5	EN:146 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:17,5 CK:0,2 SO:0,5	EN:334 ZS:10,7 TZS:6,9 FH:5,0 SZH:52,4 CK:2,7 SO:1,6	EN:191 ZS:9,2 TZS:2,7 FH:5,7 SZH:20,2 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 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.*

GasztViTál