

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu Budapest ÓVODA (Tej-, szója-, marha-, olajosmag-, citrusmentes)  
 gasztvital.hu

8. hét 2024.02.19. - 2024.02.25.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcs tea (12) Olasz felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Rizs ital lekvár * margarin Gluténmentes kenyér	Gyümölcs tea (12) Zala felvágott margarin Abonett	Kakaós rizsital margarin Gluténmentes kenyér	Gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (4;10) Gluténmentes kenyér Kígyóuborka
EN:301 ZS:9,1 TZS:3,5 FH:5,4 SZH:47,6 CK:5,9 SO:1,7	EN:391 ZS:7,7 TZS:2,4 FH:3,8 SZH:74,6 CK:16,9 SO:1,4	EN:148 ZS:8,0 TZS:2,5 FH:4,8 SZH:13,4 CK:4,3 SO:0,6	EN:382 ZS:7,7 TZS:2,5 FH:3,9 SZH:72,5 CK:15,5 SO:1,5	EN:340 ZS:11,6 TZS:4,3 FH:7,9 SZH:49,1 CK:5,9 SO:1,5
Palócleves (sertés) (10;12) "Tejben dara" rizsitalból Kakaó szórát	Zöldségleves (9;12) Egyben sertésvagdalt Zöldbabfőzelék alma	Almákrémleves Csirkepörkölt Rizs köret Csemege uborka (10)	Csontleves tésztával (9) Natúr sertésszelet Főtt burgonya (12) Paraj mártás	Magyaros burgonyaleves (12) Milánói spagetti sertés
EN:586 ZS:15,5 TZS:4,1 FH:12,0 SZH:98,3 CK:60,3 SO:0,9	EN:347 ZS:9,0 TZS:3,5 FH:15,5 SZH:52,2 CK:5,3 SO:2,1	EN:579 ZS:9,2 TZS:1,4 FH:18,9 SZH:104,9 CK:13,3 SO:2,8	EN:479 ZS:10,0 TZS:2,5 FH:21,4 SZH:69,6 CK:5,9 SO:3,5	EN:389 ZS:8,2 TZS:2,7 FH:12,9 SZH:63,3 CK:5,6 SO:1,9
magyaros margarinkrém Abonett Kígyóuborka	Bazsalikomos margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Kapros margarin Gluténmentes kenyér Lilahagyma	Baromfi párizsi margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) Paprika	Brokkolikrém Abonett
EN:226 ZS:18,6 TZS:5,8 FH:3,2 SZH:10,7 CK:0,2 SO:0,4	EN:131 ZS:6,4 TZS:2,0 FH:1,7 SZH:15,7 CK:0,2 SO:0,0	EN:300 ZS:7,7 TZS:3,1 FH:4,2 SZH:51,5 CK:1,9 SO:1,3	EN:170 ZS:7,5 TZS:2,1 FH:4,6 SZH:20,1 CK:0,3 SO:0,4	EN:63 ZS:0,7 TZS:0,1 FH:2,8 SZH:10,7 CK:0,9 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.