

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Tej-, tojás-, szója-, olajosmag-, hüvelyesmentes)

8. hét 2024.02.19. - 2024.02.25.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Meggyes tea Olasz felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Rizs ital lekvár * margarin Gluténmentes kenyér	Citromos tea Zala felvágott margarin Abonett	Kakaós rizsital margarin Gluténmentes kenyér	Barackos tea Tonhalkrém (4;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:391 ZS:7,7 TZS:2,4 FH:3,8 SZH:74,6 CK:16,9 SO:1,4	EN:192 ZS:10,0 TZS:3,3 FH:6,2 SZH:18,6 CK:9,3 SO:0,8	EN:403 ZS:8,1 TZS:2,5 FH:4,0 SZH:76,7 CK:17,5 SO:1,5	EN:392 ZS:14,8 TZS:5,3 FH:8,7 SZH:53,9 CK:10,7 SO:1,6
Sertés raguleves (9;12) "Tejben dara" rizsitalból Fahéj szórát	Zöldségleves (9;12) Egyben sertésvagdalt Burgonyafőzelék (12) 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:519 ZS:5,9 TZS:1,3 FH:11,1 SZH:103,1 CK:66,6 SO:1,2	EN:427 ZS:14,1 TZS:4,6 FH:16,4 SZH:55,4 CK:1,8 SO:2,1	EN:670 ZS:11,3 TZS:1,9 FH:24,3 SZH:117,7 CK:15,7 SO:3,5	EN:548 ZS:11,9 TZS:3,0 FH:24,5 SZH:79,3 CK:7,0 SO:4,3	EN:447 ZS:9,6 TZS:3,2 FH:14,9 SZH:72,6 CK:6,6 SO:2,3
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:0,5	EN:185 ZS:12,4 TZS:3,9 FH:1,7 SZH:15,7 CK:0,2 SO:0,1	EN:354 ZS:13,7 TZS:5,0 FH:4,2 SZH:51,5 CK:1,9 SO:1,4	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 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