

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest KÖZÉPISKOLA (Tejmentes)  
14. hét 2024.04.01. - 2024.04.07.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	Lebbencs leves (1;9;12) Sertés pörkölt Tökfőzelék (1) * alma	Paradicsomleves (1;9) Szárnyas vagdalt (1;3) Rizs köret Mongol saláta (10)	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Natúr csirkemell szelet Főtt burgonya (12) Paraj mártás (1)	Vegyes gyümölcsleves (1) Sertés paprikás (1) Főtt tészta (1)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:719 ZS:39,9 TZS:8,7 FH:24,1 SZH:64,0 CK:2,5 SO:4,3	EN:758 ZS:15,5 TZS:2,5 FH:33,5 SZH:117,5 CK:8,0 SO:6,5	EN:610 ZS:11,1 TZS:1,9 FH:32,4 SZH:88,2 CK:9,7 SO:4,2	EN:669 ZS:19,2 TZS:3,1 FH:29,3 SZH:99,1 CK:21,7 SO:21,1

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 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;  
10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.