

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest SZOCIÁLIS (Pépes,tejmentes)  
14. hét 2024.04.01. - 2024.04.07.

Reggeli  
Tízórai  
Ebéd  
Uzsonna  
Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<p>Kakaó * Soproni felvágott (darált) margarin Teljeskiőrésű zsemle (1;6) Paprika</p> <p>EN:411 ZS:16,3 TZS:5,2 FH:13,0 SZH:53,7 CK:8,6 SO:2,0</p>	<p>Erdei gyümölcs tea Szardíniakrém (4) Teljes kiőrésű kenyér (1) Reszelt jégscapetek</p> <p>EN:431 ZS:9,0 TZS:2,7 FH:11,7 SZH:73,1 CK:21,0 SO:0,1</p>	<p>Tejescaké TM (1) Zöldfűszeres tofukrém (6) Teljeskiőrésű zsemle (1;6) Paradicsom</p> <p>EN:416 ZS:6,9 TZS:1,0 FH:13,3 SZH:75,0 CK:25,4 SO:2,1</p>	<p>Erdei gyümölcs tea Reszelt tojás (3) teljeskiőrésű kenyér (1) Reszelt kigyóuborka margarin</p> <p>EN:492 ZS:16,1 TZS:4,4 FH:22,1 SZH:62,0 CK:20,7 SO:0,0</p>	<p>Málna tea Házi sertés húskrém Teljes kiőrésű kenyér (1) Reszelt paprika</p> <p>EN:394 ZS:4,2 TZS:0,8 FH:16,2 SZH:69,6 CK:14,7 SO:0,1</p>	<p>Erdei gyümölcs tea (12) * Virslíkrém Teljes kiőrésű kenyér (1) Reszelt paprika</p> <p>EN:459 ZS:18,5 TZS:6,2 FH:14,2 SZH:56,6 CK:0,9 SO:0,8</p>	<p>Rizs ital Házi csirkemájkrém Teljes kiőrésű kenyér (1) Paradicsom</p> <p>EN:529 ZS:14,2 TZS:4,1 FH:21,4 SZH:76,7 CK:8,1 SO:1,6</p>
<p>Narancs Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:116 ZS:0,4 TZS:0,1 FH:2,2 SZH:24,2 CK:0,2 SO:0,0</p>	<p>Gyümölcs saláta</p> <p>EN:94 ZS:0,2 TZS: FH:0,8 SZH:21,5 CK:3,5 SO:</p>	<p>Almás sárgarépasaláta</p> <p>EN:98 ZS:0,4 TZS: FH:1,1 SZH:20,2 CK:12,7 SO:0,0</p>	<p>Körte turmix</p> <p>EN:191 ZS:3,1 TZS:0,5 FH:1,2 SZH:39,4 CK:13,4 SO:0,2</p>	<p>Smoothie</p> <p>EN:90 ZS:0,2 TZS: FH:0,9 SZH:19,8 CK:0,8 SO:</p>	<p>Csokipuding rizsital *</p> <p>EN:101 ZS:1,8 TZS:0,5 FH:0,9 SZH:20,3 CK:4,8 SO:0,1</p>	<p>Körteporé Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:130 ZS:0,6 TZS:0,1 FH:2,2 SZH:27,9 CK:10,7 SO:0,0</p>
<p>Daragaluska leves (1;3;9) Sült csirkerecombfilé darálva Céklafőzelék (1)</p> <p>EN:719 ZS:24,8 TZS:11,9 FH:60,7 SZH:63,8 CK:21,7 SO:4,0</p>	<p>Lebbencs leves (1;9;12) Egyben sertésvagdalt (1;3) Tökfőzelék (1) * Körteporé</p> <p>EN:659 ZS:26,8 TZS:7,3 FH:23,9 SZH:77,7 CK:12,4 SO:4,6</p>	<p>Zellerleves (1;9) Darált sertéssült Burgonyapüré (12) Céklapüré (10) *</p> <p>EN:520 ZS:15,2 TZS:3,1 FH:26,0 SZH:64,9 CK:9,0 SO:5,8</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves (1;9) Szárnyas aprópecsenye Sárgaborsó főzelék (1) Almapüré</p> <p>EN:808 ZS:27,2 TZS:4,0 FH:45,8 SZH:91,9 CK:9,7 SO:4,1</p>	<p>Vegyes gyümölcsleves (1) Húsfelfújt (1;3) Főtt burgonya (12) Bazsalikom mártás (1)</p> <p>EN:600 ZS:14,3 TZS:3,1 FH:22,1 SZH:98,1 CK:39,5 SO:3,0</p>	<p>Hamis gulyásleves (1;9;12) Sertés hússalott vegyes zöldség Kókuszgolyó Mester (3;8)</p> <p>EN:854 ZS:44,2 TZS:18,8 FH:26,0 SZH:84,0 CK:13,0 SO:1,5</p>	<p>Reszelttészta leves (1;9;12) Vadas sertésragu (1;9;10;12) * Kuskusz köret (1) Barack kompót</p> <p>EN:694 ZS:22,3 TZS:3,3 FH:31,6 SZH:93,1 CK:21,1 SO:2,4</p>
<p>Padlizsánkrém (10) teljeskiőrésű kenyér (1)</p> <p>EN:226 ZS:12,7 TZS:3,9 FH:4,5 SZH:22,7 CK:0,4 SO:0,9</p>	<p>Almapüré Abonett</p> <p>EN:87 ZS:0,9 TZS:0,1 FH:2,6 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,1</p>	<p>Meggyes zabkása (1) *</p> <p>EN:120 ZS:2,1 TZS:0,3 FH:4,1 SZH:20,0 CK:2,2 SO:0,8</p>	<p>Zelleres margarin (9) teljeskiőrésű kenyér (1)</p> <p>EN:274 ZS:15,7 TZS:4,8 FH:5,2 SZH:27,1 CK:0,5 SO:0,1</p>	<p>Vanília tofukrém (6) teljeskiőrésű kenyér (1)</p> <p>EN:160 ZS:3,1 TZS:0,5 FH:8,2 SZH:23,7 CK:6,7 SO:0,0</p>	<p>Banán turmix *</p> <p>EN:239 ZS:2,9 TZS:0,4 FH:2,1 SZH:50,8 CK:10,6 SO:0,2</p>	<p>Almás fahéjas zabkása (1) *</p> <p>EN:110 ZS:2,0 TZS:0,3 FH:3,4 SZH:18,7 CK:2,2 SO:0,7</p>
<p>Csirkemell Sonkakrém (7) Félbarna kenyér 8dkg (1) Reszelt hónapos retek</p> <p>EN:277 ZS:5,3 TZS:2,0 FH:12,3 SZH:43,5 CK:2,3 SO:1,3</p>	<p>Tejben dara (1) * Kakaó szórat</p> <p>EN:416 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:4,5 SZH:86,9 CK:40,5 SO:0,4</p>	<p>Tavaszi felvágottkrém Teljes kiőrésű kenyér (1) Reszelt hónapos retek</p> <p>EN:457 ZS:20,4 TZS:6,9 FH:13,4 SZH:53,0 CK:1,3 SO:0,8</p>	<p>Csirkemáj felfújt (1;3) Csöben sült karfiol (1;3)</p> <p>EN:403 ZS:12,6 TZS:2,8 FH:27,0 SZH:42,4 CK:4,3 SO:4,0</p>	<p>Darált párizsi margarin Teljeskiőrésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:240 ZS:10,4 TZS:3,3 FH:8,4 SZH:29,1 CK:0,6 SO:1,3</p>	<p>Zöldfűszeres csirkefalatok (darálva) (9) Parajfőzelék (1)</p> <p>EN:460 ZS:8,6 TZS:2,6 FH:34,0 SZH:59,0 CK:9,6 SO:3,1</p>	<p>Szendvics sonka teljeskiőrésű kenyér (1) Kápia paprika</p> <p>EN:312 ZS:3,8 TZS:1,3 FH:16,9 SZH:50,4 CK:2,8 SO:1,3</p>

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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csilagfürt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

GasztVital