

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Glutén-, tej-, tojás-, olajosmag-, fruktózszegény)

15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tea szőlőcukorral (12) Soproni felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Kakaós rizsital szőlőcukorral margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Tea szőlőcukorral Házi sertés húskrém Abonett	Rizs ital Sonkakrém Abonett	Tea szőlőcukorral magyaros margarinkrém Gluténmentes kenyér
EN:322 ZS:10,8 TZS:4,3 FH:6,6 SZH:47,8 CK:5,9 SO:1,9	EN:270 ZS:6,9 TZS:1,4 FH:2,6 SZH:48,7 CK:15,2 SO:0,2	EN:138 ZS:6,8 TZS:1,4 FH:5,9 SZH:12,7 CK:3,8 SO:0,2	EN:281 ZS:11,8 TZS:3,4 FH:7,2 SZH:36,1 CK:10,4 SO:1,0	EN:383 ZS:19,6 TZS:6,9 FH:3,0 SZH:46,8 CK:5,5 SO:1,7
Köménymag leves Egyben szárnyasvagdalt Burgonyafőzelék (12)	Becsináltleves (9) "Tejben dara" rizsitalból Kakaó szórát szőlőcukorral	Zöldséges tarhonyaleves (9;12) Sertés pörkölt Paszternákfőzelék	Kertész leves (9) Sült csirkecomb Rizs köret	Zellerkrémleves (9;12) Pincepörkölt (sertés) (12)
EN:438 ZS:14,7 TZS:2,3 FH:15,3 SZH:59,0 CK:0,4 SO:2,5	EN:581 ZS:9,1 TZS:3,2 FH:17,7 SZH:102,0 CK:59,1 SO:2,0	EN:499 ZS:26,9 TZS:6,5 FH:16,7 SZH:45,3 CK:12,4 SO:1,8	EN:604 ZS:19,4 TZS:10,8 FH:53,6 SZH:52,5 CK:1,8 SO:4,0	EN:410 ZS:12,2 TZS:2,1 FH:18,8 SZH:50,7 CK:1,3 SO:2,1
Cukkínikrém Abonett	Tonhalkrém (4;10) Gluténmentes kenyér	Sárgarépás margarin Gluténmentes kenyér	Zala felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Padlizsánkrém (10) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)
EN:103 ZS:5,3 TZS:0,6 FH:3,0 SZH:10,1 CK:0,5 SO:0,9	EN:344 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7 SZH:43,5 CK:2,0 SO:1,6	EN:322 ZS:13,6 TZS:5,0 FH:3,2 SZH:44,9 CK:1,9 SO:1,4	EN:310 ZS:11,1 TZS:4,4 FH:6,9 SZH:43,8 CK:2,0 SO:2,0	EN:142 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:2,2 SZH:17,6 CK:0,2 SO:0,9

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, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital