

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Tej-, szója-, marha-, olajosmagmentes)

17. hét 2024.04.22. - 2024.04.28.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Málna tea Soproni felvágott Gluténmentes kenyér Paprika	Kakaós rizsital margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Citromos tea Zöldfűszeres margarin Abonett Jégcsapretek	Rizs ital lekvár * margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Erdei gyümölcs tea Fokhagymás felvágott margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka
EN:334 ZS:7,5 TZS:3,5 FH:7,4 SZH:57,0 CK:11,1 SO:1,9	EN:272 ZS:6,9 TZS:1,4 FH:2,6 SZH:49,2 CK:15,7 SO:0,2	EN:158 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:3,5 SZH:20,3 CK:9,2 SO:0,2	EN:261 ZS:6,5 TZS:1,3 FH:2,4 SZH:47,1 CK:15,2 SO:0,2	EN:376 ZS:12,1 TZS:5,3 FH:7,6 SZH:57,2 CK:13,9 SO:2,0
Sertés gulyás leves D (9;12) Káposztás kocka	Erőleves levestésztával (9;12) Főtt virsli Paradicsomos burgonyafőzelék (12)	Citromos almaleves Zöldfűszeres sertés ragu Rizs köret Csemege uborka (10)	Zöldségleves (9;12) Egyben sertésvagdalt Zöldbabfőzelék alma	Sütőtök krémleves (12) Sült csirkecomb Rizs köret Csalamádé (10;12)
EN:438 ZS:11,0 TZS:1,4 FH:11,6 SZH:71,7 CK:5,0 SO:2,3	EN:499 ZS:18,6 TZS:4,7 FH:15,1 SZH:63,5 CK:9,0 SO:5,4	EN:466 ZS:12,4 TZS:2,4 FH:22,5 SZH:64,5 CK:12,0 SO:4,5	EN:409 ZS:11,3 TZS:4,3 FH:18,8 SZH:60,4 CK:6,6 SO:2,5	EN:680 ZS:32,0 TZS:1,0 FH:45,5 SZH:56,1 CK:9,3 SO:3,7
Bazsalikomos margarin Abonett	Pritaminos margarinkrém Gluténmentes kenyér Kígyóuborka	Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér	Zala felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Sárgarépas margarin Abonett
EN:161 ZS:12,5 TZS:3,9 FH:2,4 SZH:9,1 CK:0,2 SO:0,2	EN:332 ZS:13,8 TZS:5,0 FH:4,3 SZH:45,8 CK:1,9 SO:1,4	EN:298 ZS:10,2 TZS:3,8 FH:6,3 SZH:43,7 CK:2,2 SO:1,9	EN:310 ZS:11,1 TZS:4,4 FH:6,9 SZH:43,8 CK:2,0 SO:2,0	EN:168 ZS:12,5 TZS:3,9 FH:2,5 SZH:10,7 CK:0,2 SO:0,2

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.

Gasztvital