

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest SZOCIÁLIS (Pépes,tejmentes)
20. hét 2024.05.13. - 2024.05.19.

Reggeli
Tízórai
Ebéd
Uzsonna
Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Rizs ital Kenőmájás (sertés) margarin Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Reszelt kigyóuborka	Vaníliás rizsital Bécsi felvágott darálva margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Erdei gyümölcs tea (12) * Tofu Körözött (6) teljeskiőrlésű kenyér (1) Reszelt hónapos retek	Citromos tea * Házi csirkemájkrém Teljes kiőrlésű kenyér (1) Reszelt paprika	Kókusz ital Sonkakrém Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma (aprítva)	Citromos tea Bundás kenyér D (1;3)	Rizs ital Prágai pulyka sonka Teljes kiőrlésű kenyér (1) Reszelt paprika margarin
EN:383 ZS:15,6 TZS:5,3 FH:10,9 SZH:50,7 CK:8,5 SO:1,9	EN:517 ZS:19,0 TZS:6,7 FH:16,6 SZH:67,4 CK:5,9 SO:0,9	EN:252 ZS:4,1 TZS:0,6 FH:13,2 SZH:38,9 CK:1,0 SO:1,3	EN:432 ZS:12,2 TZS:3,8 FH:20,6 SZH:57,3 CK:0,9 SO:1,5	EN:470 ZS:18,0 TZS:9,5 FH:15,6 SZH:58,8 CK:1,7 SO:1,0	EN:442 ZS:20,0 TZS:2,3 FH:7,3 SZH:56,2 CK:20,7 SO:1,0	EN:458 ZS:7,4 TZS:1,4 FH:18,7 SZH:77,0 CK:8,4 SO:1,5
Mandarin Abonett	Cukkiníkrém teljeskiőrlésű kenyér (1)	Körtepiré Abonett	Almás-céklasaláta	Meggyes zabkása rizsitalal (1) *	Barack kompót * Kölesgolyó	Almaturmix
EN:97 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:3,0 SZH:18,8 CK:0,2 SO:0,1	EN:131 ZS:5,1 TZS:0,6 FH:3,7 SZH:16,6 CK:0,6 SO:0,8	EN:107 ZS:0,7 TZS:0,1 FH:2,8 SZH:21,2 CK:10,7 SO:0,1	EN:93 ZS:0,3 TZS: FH:2,0 SZH:21,0 CK:7,0 SO:0,2	EN:118 ZS:2,2 TZS:0,3 FH:2,9 SZH:20,8 CK:4,1 SO:0,8	EN:100 ZS:0,6 TZS:0,1 FH:2,6 SZH:20,8 CK:8,4 SO:0,1	EN:105 ZS:1,2 TZS: FH:1,2 SZH:21,0 CK: SO:
Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Párolt darált csirke Zöldborsófőzelékpüré (1)	Csirke becsináltleves (1;9) Húspuding (1;3) Salátafőzelék (1;12) Gyümölcslé	Cékla krémleves * Darált sertéssült Kuszkusz köret (1) Bazsalikom mártás (1) körte	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Stefánia vagdalt (1;3) Parajfőzelék (1)	Karfiolkrémleves (1) Rakott sárgarépa (csirkehússal) Narancspüré	Hamis gulyásleves (1;9;12) Szárnyas aprópecsenye Csöben sült tök (1;3)	Vegyes gyümölcskrémleves Darált sertéssült Tört burgonya 15 dkg (12) Zöldségmártás
EN:485 ZS:8,9 TZS:1,7 FH:36,3 SZH:57,2 CK:3,8 SO:3,9	EN:794 ZS:17,7 TZS:3,6 FH:37,4 SZH:113,8 CK:49,5 SO:3,5	EN:596 ZS:20,2 TZS:4,5 FH:27,0 SZH:76,2 CK:16,9 SO:4,7	EN:771 ZS:19,8 TZS:9,2 FH:40,7 SZH:105,2 CK:15,8 SO:4,4	EN:524 ZS:16,6 TZS:2,6 FH:22,6 SZH:67,6 CK:3,0 SO:1,8	EN:766 ZS:34,3 TZS:5,2 FH:32,0 SZH:78,4 CK:3,9 SO:4,3	EN:670 ZS:22,6 TZS:3,1 FH:24,4 SZH:93,6 CK:41,5 SO:5,3
sült paprikakrém teljeskiőrlésű kenyér (1)	Banán turmix	Gyümölcs saláta	Smoothie	Körtepiré Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Padlizsánkrém (10) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Barackos zabkása rizsitalal (1) *
EN:274 ZS:18,5 TZS:5,7 FH:4,2 SZH:21,6 CK:0,5 SO:0,1	EN:243 ZS:2,9 TZS:0,4 FH:2,1 SZH:51,7 CK:11,5 SO:0,2	EN:94 ZS:0,2 TZS: FH:0,8 SZH:21,5 CK:3,5 SO:	EN:90 ZS:0,2 TZS: FH:0,9 SZH:19,8 CK:0,8 SO:	EN:130 ZS:0,6 TZS:0,1 FH:2,2 SZH:27,9 CK:10,7 SO:0,0	EN:226 ZS:12,7 TZS:3,9 FH:4,5 SZH:22,7 CK:0,4 SO:0,9	EN:124 ZS:2,2 TZS:0,3 FH:3,5 SZH:22,0 CK:4,1 SO:0,8
Májusi csemege felvágottkrém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Reszelt jégcsapretek	Húsos Zöldségfelfújt (szárnyas) (1;3)	Baromfi párizsi darálva margarin Teljeskiőrlésű kifli (1) Reszelt kigyóuborka	Almával töltött csirkemell (1;3) Burgonyapüré (12)	Csicscriborsó krém Teljes kiőrlésű kenyér (1) Reszelt jégcsapretek	Tejben dara (1) * Kakaó szórat	Paradicsomos halkrém (4;6) teljeskiőrlésű kenyér (1)
EN:450 ZS:19,2 TZS:6,9 FH:13,8 SZH:53,5 CK:1,1 SO:0,8	EN:354 ZS:6,3 TZS:1,6 FH:22,3 SZH:47,5 CK:10,3 SO:0,8	EN:377 ZS:12,0 TZS:3,2 FH:14,8 SZH:49,0 CK:0,4 SO:2,1	EN:427 ZS:11,3 TZS:2,4 FH:29,8 SZH:46,2 CK:2,8 SO:3,3	EN:403 ZS:13,6 TZS:4,0 FH:11,8 SZH:55,6 CK:0,9 SO:1,2	EN:416 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:4,5 SZH:86,9 CK:40,5 SO:0,4	EN:352 ZS:7,0 TZS:0,9 FH:19,9 SZH:50,6 CK:0,8 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, szulfitok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

GasztVital