

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapesti ISKOLA ALSÓ (Glutén-, tej-, tojás-, olajosmag-, paradicsommentes)

45. hét 2024.11.04. - 2024.11.10.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Erdei gyümölcs tea sült paprikakrém Gluténmentes kenyér	Gyümölcs tea Padlizsánkrém (10) Gluténmentes kenyér Kígyóuborka	Rizs ital lekvár margarin Gluténmentes kenyér	Kakaós rizsital margarin Gluténmentes kenyér	Citromos tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka
EN:423 ZS:19,6 TZS:6,9 FH:3,3 SZH:56,1 CK:14,0 SO:1,4	EN:320 ZS:7,9 TZS:3,1 FH:4,6 SZH:55,6 CK:10,7 SO:2,2	EN:434 ZS:7,8 TZS:2,4 FH:3,9 SZH:85,2 CK:27,2 SO:1,5	EN:403 ZS:8,1 TZS:2,5 FH:4,0 SZH:76,7 CK:17,5 SO:1,5	EN:347 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:54,4 CK:11,2 SO:1,9
Sertés raguleves (12) Tejberizs Fahéj szórát	Zöldségleves (12) Sertéssült Paraj mártás Főtt burgonya (12)	Zöldbableves Zöldfűszeres sertés ragu Rizs köret alma	Csontleves tésztával Húsgombóc (szárnyas) Karalábé főzelék	Magyaros reszeltészta leves (12) Parajos-halás penne (4)
EN:460 ZS:4,7 TZS:1,2 FH:12,7 SZH:90,6 CK:43,2 SO:1,6	EN:432 ZS:8,1 TZS:2,0 FH:24,1 SZH:59,8 CK:4,0 SO:3,7	EN:535 ZS:18,3 TZS:3,0 FH:25,0 SZH:67,5 CK:1,7 SO:4,3	EN:402 ZS:8,7 TZS:1,5 FH:17,3 SZH:60,9 CK:12,6 SO:4,3	EN:392 ZS:8,1 TZS:1,2 FH:12,7 SZH:66,7 CK:2,5 SO:1,9
Házi sertés húskrém Abonett Paprika	Szendvics sonka margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Sonkakrém Abonett	Olasz felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) Jégcsapretek	magyaros margarinkrém Abonett
EN:146 ZS:7,0 TZS:1,4 FH:6,7 SZH:13,2 CK:0,2 SO:0,2	EN:144 ZS:5,5 TZS:1,6 FH:6,1 SZH:16,8 CK:0,8 SO:0,8	EN:151 ZS:9,2 TZS:3,0 FH:6,4 SZH:10,1 CK:0,8 SO:0,9	EN:193 ZS:10,0 TZS:3,1 FH:6,4 SZH:18,5 CK:0,2 SO:0,7	EN:214 ZS:18,5 TZS:5,8 FH:2,2 SZH:9,0 CK:0,2 SO:0,5

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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital