

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

. KÖZÉPISKOLA

42. hét 2024.10.14. - 2024.10.20.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Pandúrleves (1;7;9;10) Gránátos kocka (1;12) Csemege uborka (10)	Tojásleves (1;3) Lencsefőzelék (1;7;10) Sertés aprópecsenye (1) félbarna kenyér (ebédhez) (1) Alma	Zöldséges burgonyaleves (1;9;12) Lecsós virsli-pörkölt (1) Párolt rizs Pöttyös Túró Rudi (6;7)	Sertés gulyásleves (1;3;9;12) Tejben dara (1;7) Kakaó szórat félbarna kenyér (ebédhez) (1)	Erőleves Levesbetét tészta (1) Rántott sajt (1;3;7) Párolt rizs Tartármártás (3;7;10)
EN:749 ZS:28,7 TZS:7,4 FH:27,9 SZH:92,2 CK:4,9 SO:2,5	EN:961 ZS:42,0 TZS:10,8 FH:41,7 SZH:95,7 CK:2,4 SO:1,8	EN:1066 ZS:46,3 TZS:13,7 FH:28,0 SZH:133,5 CK:11,8 SO:4,0	EN:889 ZS:23,0 TZS:5,9 FH:33,9 SZH:133,3 CK:44,5 SO:1,6	EN:1209 ZS:59,4 TZS:15,3 FH:30,2 SZH:136,3 CK:12,1 SO:3,4

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.