

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

. KÖZÉPISKOLA

43. hét 2024.10.21. - 2024.10.27.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Karalábéleves (1;9) Milánói spagetti (1;6) Trappista sajt (7) Alma	Zellerkrémleves (1;7;9) Levesgyöngy (1;3;7) Sertés pörkölt Kefires burgonyafőzelék (1;7;12) félbarna kenyér (ebédhez) (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)		Legényfogó leves (1;7;9) Gofri (1;3;6;7) Csokoládé öntet (1;7) Alma	Rizsleves (9) Kelkáposzta főzelék (1;12) Vagdalt (1;3;6;7;8;10;11) félbarna kenyér (ebédhez) (1)
EN:907 ZS:29,1 TZS:9,3 FH:38,6 SZH:119,4 CK:11,8 SO:2,5	EN:878 ZS:34,3 TZS:8,9 FH:33,1 SZH:101,1 CK:13,5 SO:2,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:743 ZS:31,0 TZS:9,3 FH:28,7 SZH:82,6 CK:43,3 SO:1,8	EN:657 ZS:18,6 TZS:5,8 FH:31,5 SZH:87,7 CK:2,0 SO:2,0

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.