

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest BÖLCSŐDE (16/5/1 tej-tojás-sertésmentes bölcsőde)

43. hét 2024.10.21. - 2024.10.27.

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tejeskávé TM (1) magyaros margarinkrém Falusi kenyér (1)  EN:317 ZS:13,8 TZS:4,1 FH:4,6 SZH:43,2 CK:14,1 SO:0,6	Citromos tea Házi csirkemájkrém Falusi kenyér (1) Jégcsapretek  EN:210 ZS:4,8 TZS:1,5 FH:12,8 SZH:28,0 CK:6,0 SO:0,4		Rizsital Céklás margarin Falusi kenyér (1)  EN:223 ZS:4,3 TZS:1,0 FH:4,7 SZH:41,4 CK:7,9 SO:0,5	Rizsital Házi zöldségkrém (10) Falusi kenyér (1)  EN:218 ZS:3,0 TZS:0,6 FH:5,0 SZH:42,6 CK:8,5 SO:0,7
Alma  EN:16 ZS:0,2 TZS: FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:	Sárgarépa hasáb  EN:12 ZS:0,1 TZS: FH:0,4 SZH:2,5 CK:0,3 SO:0,0		Karalábé hasáb  EN:8 ZS:0,0 TZS: FH:0,5 SZH:1,9 CK: SO:	Alma  EN:16 ZS:0,2 TZS: FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:
Húsgombóc pulykahúsból Paradicsomos káposztafőzelék (1) Alma  EN:338 ZS:4,4 TZS:0,5 FH:15,5 SZH:57,5 CK:17,2 SO:0,8	Csirkepörkölt (1) Finomfőzelék (1) Körte  EN:320 ZS:11,7 TZS:1,8 FH:14,8 SZH:37,1 CK:4,7 SO:1,1		Paprikásburgonya virslivel ttm (1) Ecetes cékla (10)  EN:389 ZS:12,2 TZS:2,9 FH:11,7 SZH:54,4 CK:0,1 SO:1,4	Párolt csirkemell Sárgarépa főzelék (1) Szilva  EN:455 ZS:14,5 TZS:2,0 FH:16,9 SZH:59,9 CK:13,5 SO:1,3
Gyümölcs tea Csirkemellsonka KREL Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1) Kígyóuborka Liga csészés margarin 20% 450g  EN:158 ZS:3,1 TZS:1,0 FH:5,5 SZH:26,0 CK:5,3 SO:1,0	Gyümölcs tea Sárgarépás margarin Falusi kenyér (1)  EN:185 ZS:6,4 TZS:2,0 FH:4,1 SZH:27,5 CK:5,9 SO:0,3		Gyümölcs tea Párizsikrém Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1) Kígyóuborka  EN:177 ZS:6,0 TZS:1,9 FH:4,1 SZH:25,8 CK:5,2 SO:0,8	Citromos tea Pulyka pizzasonka KREL (6) Liga csészés margarin 20% 450g Falusi kenyér (1) Tv paprika 5/8  EN:170 ZS:3,3 TZS:1,0 FH:6,7 SZH:28,0 CK:5,8 SO:0,7

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**