

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest KÖZÉPISKOLA (tejmentes)  
43. hét 2024.10.21. - 2024.10.27.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Zöldségkrémleves (1;12) Zöldborsós csirkeragu (1;9) Tészta köret (1) alma	Reszelttészta leves (1;9;12) Natúr sertésszelet (1) Zöldbabfőzelék (1)		Csontleves tésztával (1;9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12)	Karalábé leves (9;12) Bácskai rizseshús Csalamádé (10;12)
EN:590 ZS:19,1 TZS:2,9 FH:28,5 SZH:72,2 CK:2,8 SO:4,9	EN:464 ZS:18,3 TZS:3,6 FH:33,4 SZH:41,9 CK:4,6 SO:2,3	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:700 ZS:10,1 TZS:2,0 FH:27,2 SZH:118,2 CK:12,8 SO:7,7	EN:740 ZS:34,3 TZS:8,6 FH:28,7 SZH:79,8 CK:1,6 SO:1,4

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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.