

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest SZOCIÁLIS (Vesekímélő (fehérjeszegény, sószegény))

45. hét 2024.11.04. - 2024.11.10.

Reggeli
Tízórai
Ebéd
Uzsonna
Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Madula ital (8) Házi szárnnyaskrém (7) Félbarna kenyér 7dkg (1) Kígyóborka	Erdei gyümölcs tea (12) * Tofu Körözött (6) teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Rizs ital Tojáskrém (3) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Kakaó * Sertés párizsi csökk. adagolás margarin Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Kígyóborka	Citromos tea * Főtt virsli margarin Félbarna kenyér 7dkg (1) Mustár (10)	Rizs ital petrezselymes tofukrém (6) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Málna tea (12) * Tavaszi felvágott margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka
EN:337 ZS:12,8 TZS:6,3 FH:13,9 SZH:39,2 CK:1,6 SO:0,6	EN:265 ZS:4,2 TZS:0,6 FH:14,3 SZH:40,8 CK:0,8 SO:0,6	EN:348 ZS:15,2 TZS:4,4 FH:7,7 SZH:44,0 CK:5,4 SO:0,2	EN:302 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:8,9 SZH:42,8 CK:5,5 SO:1,3	EN:395 ZS:19,2 TZS:4,6 FH:13,9 SZH:39,3 CK:2,6 SO:2,2	EN:264 ZS:5,1 TZS:0,8 FH:11,8 SZH:41,1 CK:5,4 SO:1,3	EN:300 ZS:10,4 TZS:3,4 FH:10,8 SZH:38,7 CK:0,8 SO:0,5
körte Abonett	Mandarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Pritaminos margarinkrém teljeskiőrlésű kenyér (1)	alma Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Gyümölcspüré Zabpehely szórát (1)	Barack kompót * Kölesgolyó	Meggyes zabkása rizsitalal (1) *
EN:104 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:2,6 SZH:21,0 CK:1,7 SO:0,1	EN:83 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:1,5 SZH:17,6 CK:0,1 SO:0,0	EN:219 ZS:12,5 TZS:3,8 FH:4,2 SZH:21,5 CK:0,4 SO:0,1	EN:110 ZS:0,8 TZS:0,1 FH:2,0 SZH:22,7 CK:0,2 SO:0,0	EN:113 ZS:1,6 TZS:0,2 FH:3,2 SZH:20,2 CK:4,8 SO:0,0	EN:96 ZS:0,6 TZS:0,1 FH:2,5 SZH:20,1 CK:8,4 SO:0,1	EN:118 ZS:2,2 TZS:0,3 FH:2,9 SZH:20,8 CK:4,1 SO:0,8
Sertés raguleves (1;9) Tejberizs * Fahéj szórát *	Zöldségleves (1;9;12) Főtt tojás (3) Paraj mártás (1) Főtt burgonya (12)	Magyaros zöldbableves (1;3) Lecsós sertésragu Bulgur köret (1) alma	Csontleves tésztával (1;9) Húsgombóc (szárnyas) Karálalé főzelék	Paradicsomleves (1;9;12) * Eszterházy sertésragu (1;10) Tészta köret (1)	Tárkonyos húsgombóc leves (1;3;9) Pirított csirkemáj (1) Csőben sült vegyes zöldség árpagyönggyel (1;3;8) Narancs	Citromos almaleves (1) * Sült csirkemell Tört burgonya (12) Csalamádé (10;12) *
EN:453 ZS:9,9 TZS:2,0 FH:20,6 SZH:68,7 CK:8,6 SO:2,8	EN:545 ZS:17,6 TZS:4,3 FH:23,4 SZH:68,0 CK:5,3 SO:1,6	EN:561 ZS:17,8 TZS:3,1 FH:32,4 SZH:67,4 CK:8,6 SO:3,0	EN:529 ZS:11,3 TZS:1,6 FH:17,8 SZH:85,5 CK:15,8 SO:4,9	EN:505 ZS:11,1 TZS:2,6 FH:30,0 SZH:68,8 CK:12,6 SO:3,0	EN:616 ZS:18,7 TZS:2,9 FH:33,2 SZH:73,3 CK:11,8 SO:2,5	EN:590 ZS:7,2 TZS:1,2 FH:26,9 SZH:93,6 CK:2,1 SO:2,3
Padlizsánkrém (10) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Kölespuding	körte Abonett	Sütőtök sütve	Életerő saláta	diabetikus lekvár * margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	szilva Abonett
EN:174 ZS:6,8 TZS:1,0 FH:4,5 SZH:22,7 CK:0,4 SO:0,9	EN:105 ZS:1,7 TZS:0,3 FH:1,5 SZH:20,7 CK:5,9 SO:0,1	EN:104 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:2,6 SZH:21,0 CK:1,7 SO:0,1	EN:104 ZS:0,8 TZS: FH:2,0 SZH:21,4 CK:11,7 SO:0,4	EN:97 ZS:0,3 TZS: FH:1,0 SZH:21,5 CK:5,2 SO:	EN:135 ZS:3,8 TZS:0,8 FH:2,9 SZH:20,9 CK:5,7 SO:0,0	EN:115 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:3,0 SZH:23,0 CK:3,9 SO:0,1
Kenőmájás (sertés) csökk. adagolás teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Zöldséges húsos rizottó	Prágai pulyka sonka csökk. adagolás margarin Félbarna kenyér 8dkg (1) Paprika	Orosz hússaláta (3;10;12) * félbarna kenyér (ebédhez) (1)	Sonkakrém teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Hentes sertésragu (9;10) Quinoa köret	Szardíniakrém (4) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
EN:305 ZS:5,7 TZS:2,2 FH:12,1 SZH:49,3 CK:1,2 SO:0,6	EN:303 ZS:2,4 TZS:0,8 FH:15,2 SZH:55,2 CK:0,4 SO:0,2	EN:288 ZS:5,1 TZS:1,0 FH:12,1 SZH:46,3 CK:1,0 SO:0,7	EN:434 ZS:13,3 TZS:2,1 FH:23,2 SZH:50,1 CK:2,3 SO:1,4	EN:325 ZS:8,0 TZS:2,4 FH:12,2 SZH:49,3 CK:1,1 SO:0,5	EN:549 ZS:24,5 TZS:7,2 FH:29,6 SZH:49,2 CK:1,5 SO:2,4	EN:463 ZS:22,7 TZS:7,0 FH:11,9 SZH:50,6 CK:0,9 SO:0,2

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