

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (glutén-,tej-,tojás-,zeller-,paradicsom-,banán-,mézmentes)

43. hét 2024.10.21. - 2024.10.27.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	Tárkonyos csirkeragu leves tm-gm-zm-hm (12) Spenótos metélt gm (12) Alma	Zöldségleves gm tésztával (12) Tarhonyáshús pulykahússal gm,tojm (12) Mongol saláta		Tavaszi zöldségleves rizsbetéttel zm (12) Rác zöldbab tm-gm (12) ripsz-ropsz 1db	Sütőtejszínes leves tm-gm Ízes sertéstokány (12) Párolt rizs
	EN:569 ZS:21,5 TZS:4,6 FH:14,6 SZH:78,7 CK:3,8 SO:2,3	EN:541 ZS:21,9 TZS:3,0 FH:20,6 SZH:64,1 CK:6,9 SO:3,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:578 ZS:38,3 TZS:7,9 FH:22,4 SZH:37,9 CK:3,3 SO:2,3	EN:1572 ZS:113,3 TZS:13,4 FH:28,1 SZH:108,8 CK:15,4 SO:3,2

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 - 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.