

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

KÖZÉPISKOLA (glutén-,tojásmentes)

43. hét 2024.10.21. - 2024.10.27.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tárkonyos csirkeragu leves gm (7;9;12) Tejszínes spenótos metélt (7) Alma	Paradicsomleves tojm, gm (9) Tarhonyáshús pulykahússal gm, tojm (12) Mongol saláta		Tavaszi zöldségleves rizsbetéttel zm (12) Rác zöldbab gm (7;12) Gluténmentes kenyér fél	Sütőtökrémleves gm (7) Ízes sertéstokány (12) Párolt rizs
EN:762 ZS:43,7 TZS:11,4 FH:17,1 SZH:72,6 CK:3,7 SO:2,6	EN:833 ZS:29,3 TZS:3,9 FH:26,6 SZH:114,4 CK:33,0 SO:4,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:864 ZS:52,8 TZS:10,6 FH:30,6 SZH:68,7 CK:5,2 SO:3,8	EN:794 ZS:22,5 TZS:3,8 FH:31,3 SZH:115,4 CK:15,4 SO:3,5

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.