

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Miskolc SZOCIÁLIS (13 pépes)
43. hét 2024.10.21. - 2024.10.27.

Reggeli
Tízórai
Ebéd
Uzsonna
Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Citromos tea - cukorral Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rántott leves - reggeli (1) Toast felvágott krém	Gyümölcs tea (12) Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rántott leves - reggeli (1) Házi zsír Lilahagyma pép	Citromos tea - cukorral Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rántott leves - reggeli (1) Szerencse szelet krém (6;10)	Gyümölcs tea (12) Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rántott leves - reggeli (1) Házi tepertókrém (7;10)	Citromos tea - cukorral Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rántott leves - reggeli (1) Főtt virsli Mustár (10)	Gyümölcs tea (12) Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rántott leves - reggeli (1) Tej (7) Foszlós kalács (1;3;6;7)	Citromos tea - cukorral Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rántott leves - reggeli (1) Házi sajtkrém (7) Paprika
EN:704 ZS:21,0 TZS:6,8 FH:14,6 SZH:111,8 CK:40,7 SO:6,4	EN:1049 ZS:57,7 TZS:1,3 FH:12,7 SZH:113,7 CK:40,4 SO:5,5	EN:715 ZS:22,3 TZS:7,2 FH:16,0 SZH:110,4 CK:40,5 SO:6,3	EN:915 ZS:43,1 TZS:15,7 FH:15,3 SZH:110,0 CK:40,5 SO:7,7	EN:745 ZS:21,3 TZS:3,1 FH:22,1 SZH:113,8 CK:41,6 SO:7,8	EN:953 ZS:18,3 TZS:6,7 FH:27,5 SZH:164,9 CK:61,0 SO:6,1	EN:717 ZS:20,3 TZS:7,4 FH:19,1 SZH:111,9 CK:40,4 SO:6,0
Körtepép	Zabkeksz (1)	Narancspép	Tereferé mézes (1;6)	Friss gyümölcssaláta (banán, alma) pép	Édes keksz (1;6)	Almapép
EN:52 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:12,0 CK:1,5 SO:	EN:186 ZS:8,4 TZS:3,6 FH:3,0 SZH:24,0 CK:9,8 SO:0,5	EN:33 ZS: TZS: FH:0,5 SZH:6,8 CK: SO:	EN:185 ZS:7,0 TZS:3,2 FH:3,0 SZH:26,7 CK:7,0 SO:0,2	EN:61 ZS:0,2 TZS: FH:0,6 SZH:14,0 CK: SO:	EN:185 ZS:7,0 TZS:3,2 FH:3,0 SZH:26,7 CK:7,0 SO:0,2	EN:31 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:7,0 CK:2,4 SO:
Zöldséges gombaleves (9;12) Levesbetét tészta (1) Majorannás csirkemáj Főtt burgonya (12) "mongol" saláta (10) *	Csirkeragu leves (9;12) Levesbetét tészta (1) Sajtos tejfölös tészta (tészta) (1) Sajt szórat (7) Tejföl öntet (7)	Csontleves (9;12) Levesbetét tészta (1) Csülökpörkölt Főtt burgonya (12) Csemege uborka (10)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Mexikói pulykatokány (1) Párolt rizs	Lebbensleves (1;12) Sertéspörkölt Lencsefőzelék (1;7;10)	Tojásleves (1;3) Stroganoff csirkeragu (1;7;10) Köret tészta (1)	Tavaszi leves (9;12) Levesbetét tészta (1) Húsgombóc (3) Paradicsommártás (1) * Főtt burgonya 1/2 adag (12)
EN:579 ZS:15,1 TZS:2,5 FH:27,6 SZH:74,8 CK:2,8 SO:10,2	EN:736 ZS:21,3 TZS:10,2 FH:36,5 SZH:96,0 CK:6,3 SO:8,7	EN:699 ZS:30,6 TZS:8,2 FH:23,9 SZH:75,6 CK:3,1 SO:11,9	EN:839 ZS:21,9 TZS:6,3 FH:25,1 SZH:134,1 CK:32,8 SO:6,0	EN:914 ZS:36,7 TZS:11,9 FH:39,6 SZH:95,5 CK:4,3 SO:6,9	EN:726 ZS:22,4 TZS:6,2 FH:34,8 SZH:93,0 CK:4,5 SO:9,1	EN:751 ZS:23,4 TZS:5,2 FH:25,6 SZH:104,3 CK:18,7 SO:8,7
Édes keksz (1;6)	Almapép	Kefir (7)	Almapép	Fonott kalács (1;3;6;7) Mogyorókrém (1;5;6;7)	Körtepép	Fonott kalács (1;3;6;7)
EN:185 ZS:7,0 TZS:3,2 FH:3,0 SZH:26,7 CK:7,0 SO:0,2	EN:31 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:7,0 CK:2,4 SO:	EN:81 ZS:4,5 TZS:2,7 FH:4,5 SZH:5,7 CK:5,7 SO:0,0	EN:31 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:7,0 CK:2,4 SO:	EN:349 ZS:12,8 TZS:6,5 FH:5,6 SZH:46,6 CK:22,3 SO:0,3	EN:52 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:12,0 CK:1,5 SO:	EN:160 ZS:3,8 TZS:1,6 FH:4,5 SZH:28,2 CK:4,6 SO:0,3
Gyümölcs tea (12) Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Rizsfelfújt (3;7) Lekvár	Citromos tea - cukorral Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Tojáskrém (3;10)	Gyümölcs tea (12) Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Lönckrém	Citromos tea - cukorral Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Tej (7) Ízes bukta (házi) (1;3;7)	Gyümölcs tea (12) Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Magyaros vajkrém (7) Jégcsapretek pép	Citromos tea - cukorral Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Pulyka pizza felvágott krém (1;6)	Fehér kenyér 12,5 dkg (1) Soproni felvágott krém
EN:1193 ZS:6,6 TZS:4,1 FH:28,8 SZH:244,0 CK:103,4 SO:2,2	EN:546 ZS:8,5 TZS:2,6 FH:14,0 SZH:100,4 CK:40,5 SO:2,8	EN:624 ZS:17,1 TZS:7,0 FH:14,4 SZH:100,4 CK:40,8 SO:2,4	EN:1220 ZS:23,0 TZS:6,9 FH:33,3 SZH:208,4 CK:71,4 SO:2,2	EN:666 ZS:20,7 TZS:13,0 FH:12,7 SZH:104,4 CK:41,7 SO:2,2	EN:611 ZS:15,6 TZS:6,9 FH:14,7 SZH:100,5 CK:40,7 SO:2,3	EN:473 ZS:18,6 TZS:7,6 FH:14,4 SZH:60,8 CK:0,6 SO:2,4

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, szulfitok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

GasztVital