

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest SZOCIÁLIS (pépes,tejmentes)
42. hét 2024.10.14. - 2024.10.20.

Reggeli
Tízórai
Ebéd
Uzsonna
Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Rizs ital Sonkakrém teljeskiőrlésű kenyér (1) Reszelt paprika	Meggyes tea Vaníliás tofukrém (6) Teljeskiőrlésű zsemle (1;6)	Citromos tea Bécsi felvágott darálva margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Csipkebogyó tea Házi csirkemájkrém teljeskiőrlésű kenyér (1) Reszelt paprika	Tejescsók TM (1) Baromfi párizsi darálva margarin zsemle vizes egy db (1) Paradicsom	Erdei gyümölcs tea Kolbászkrem teljeskiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma (aprítva)	Rizs ital Darált szendvics sonka margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:456 ZS:14,0 TZS:4,1 FH:14,5 SZH:66,3 CK:8,7 SO:1,1	EN:276 ZS:3,7 TZS:0,6 FH:10,6 SZH:50,4 CK:20,8 SO:0,7	EN:546 ZS:17,9 TZS:6,5 FH:16,8 SZH:76,8 CK:21,1 SO:0,9	EN:502 ZS:12,0 TZS:3,7 FH:18,6 SZH:77,0 CK:30,7 SO:1,5	EN:494 ZS:13,8 TZS:3,1 FH:12,9 SZH:78,0 CK:25,8 SO:1,2	EN:408 ZS:12,1 TZS:4,2 FH:11,7 SZH:61,4 CK:20,8 SO:0,8	EN:488 ZS:10,0 TZS:2,5 FH:18,1 SZH:79,6 CK:11,6 SO:1,5
Puncs puding (1) *	Pritaminos margarinkrém teljeskiőrlésű kenyér (1)	Körtepuhé Háztartási keksz (1;12)	Cukkínkrém teljeskiőrlésű kenyér (1)	Szilvapüvé Detki cukorstop keksz (1;6;12)	Házi zöldségkrém (10) teljeskiőrlésű kenyér (1)	lekvár margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)
EN:106 ZS:1,9 TZS:0,3 FH:0,7 SZH:21,5 CK:0,0 SO:0,1	EN:219 ZS:12,5 TZS:3,8 FH:4,2 SZH:21,5 CK:0,4 SO:0,1	EN:115 ZS:1,1 TZS:0,4 FH:1,9 SZH:23,6 CK:13,3 SO:0,1	EN:131 ZS:5,1 TZS:0,6 FH:3,7 SZH:16,6 CK:0,6 SO:0,8	EN:145 ZS:2,0 TZS:0,8 FH:3,2 SZH:27,0 CK:4,0 SO:0,2	EN:143 ZS:2,2 TZS:0,5 FH:4,7 SZH:24,1 CK:1,6 SO:0,5	EN:177 ZS:4,0 TZS:0,8 FH:3,1 SZH:31,5 CK:16,0 SO:0,0
Csirke becsináltleves (1;9) Darafelfújt (1;3;6) Citrom mártás (1) Almapüvé	Májgaluska leves D (1;3;9;12) Húspuding (1;3) Pasztelnákfőzelék (1) Kivi gyümölcs	Sütőtök krémleves (1;12) Sült csirkecombfilé darálva Burgonyapüvé (12) Cékla saláta (10) *	Reszelttészta leves (1;9;12) Húsfelfújt (1;3) Vegetáriánus gyümölcsmártás (1) Kuszkus köret (1)	Karfiolkremleves (1) Citromos halfilé (4) Csöben sült sárgarépa (1;3) Almapüvé	Tárkonyos pulyka raguleves (pépes) (1;9;12) Kölesgombóc * Meggy öntet (1)	Rozmaringos zöldségleves (1;9) Darált sertéssült Tört burgonya (12) Zöldségmártás
EN:762 ZS:12,2 TZS:3,2 FH:30,4 SZH:128,3 CK:14,8 SO:2,8	EN:648 ZS:18,6 TZS:4,2 FH:37,8 SZH:78,7 CK:20,1 SO:2,3	EN:754 ZS:25,9 TZS:10,6 FH:51,4 SZH:83,0 CK:18,4 SO:4,6	EN:783 ZS:15,5 TZS:2,6 FH:28,7 SZH:126,7 CK:40,1 SO:3,6	EN:614 ZS:20,6 TZS:4,0 FH:37,6 SZH:64,1 CK:15,0 SO:5,8	EN:327 ZS:4,5 TZS:1,1 FH:14,1 SZH:55,6 CK:16,7 SO:3,4	EN:683 ZS:20,5 TZS:3,2 FH:29,4 SZH:84,4 CK:3,7 SO:3,8
Körtepuhé Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Trópisi gyümölcskompót Kölesgolyó	Gyümölcspüvé Zabpehely szórát (1)	Almapüvé Babapiskóta (1;3)	Erdei gyümölcsös zabkása rizsital (1) *	Banán turmix	Narancsos répaturmix
EN:130 ZS:0,6 TZS:0,1 FH:2,2 SZH:27,9 CK:10,7 SO:0,0	EN:97 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:2,4 SZH:20,4 CK:8,5 SO:0,0	EN:113 ZS:1,6 TZS:0,2 FH:3,2 SZH:20,2 CK:4,8 SO:0,0	EN:104 ZS:1,1 TZS: FH:2,0 SZH:21,1 CK:6,4 SO:	EN:125 ZS:2,2 TZS:0,3 FH:3,6 SZH:21,4 CK:2,9 SO:0,8	EN:243 ZS:2,9 TZS:0,4 FH:2,1 SZH:51,7 CK:11,5 SO:0,2	EN:97 ZS:0,8 TZS:0,1 FH:1,6 SZH:20,0 CK:7,8 SO:0,0
Spárgakrém Teljes kiőrlésű kenyér (1) Reszelt kigyóuborka	Húsgombóc (3) Kapor mártás (1) Főtt burgonya (12)	Sonkás céklakrém Félbarna kenyér 7dkg (1) Reszelt jégcsapretek	Párolt darált csirke Kerti vegyesfőzelék	Házi szárnyaskrém Teljes kiőrlésű kenyér (1) Reszelt paprika	Sült csirkecombfilé darálva Tricolor saláta (alma-répa-cékla) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Zöldfűszeres tofukrém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
EN:294 ZS:1,6 TZS:0,2 FH:11,3 SZH:56,6 CK:2,1 SO:0,4	EN:644 ZS:16,7 TZS:7,1 FH:29,9 SZH:87,0 CK:1,7 SO:4,0	EN:342 ZS:14,0 TZS:4,2 FH:10,9 SZH:41,9 CK:3,6 SO:1,4	EN:290 ZS:6,2 TZS:1,2 FH:21,8 SZH:32,9 CK:13,9 SO:2,2	EN:327 ZS:2,8 TZS:0,6 FH:16,5 SZH:56,0 CK:0,9 SO:0,2	EN:552 ZS:12,7 TZS:9,2 FH:51,3 SZH:55,3 CK:3,6 SO:1,9	EN:342 ZS:4,5 TZS:0,7 FH:16,7 SZH:56,0 CK:1,1 SO:1,3

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

GasztVital