

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

ÓVODA (tej-, hüvelyesmentes ovi)  
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 tm (1;12) Alma	Paradicsomleves tojm,gm (9) Tarhonyáshús pulykahússal tojm (12) Mongol saláta		Zöldségleves gm tésztával (12) Sertéspörkölt Karfiolfőzelék tm,gm (12) zsemle vizes fél db (1)	Sütőtökrémleves tm-gm Ízes sertéstokány (12) Párolt rizs
EN:488 ZS:18,3 TZS:4,2 FH:17,0 SZH:62,5 CK:4,9 SO:1,9	EN:559 ZS:20,0 TZS:2,7 FH:17,1 SZH:75,8 CK:23,3 SO:2,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:478 ZS:20,5 TZS:3,1 FH:21,9 SZH:47,9 CK:3,9 SO:3,5	EN:631 ZS:18,6 TZS:2,8 FH:22,9 SZH:92,5 CK:11,1 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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.