

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (vegetáriánus, tojásmentes)
43. hét 2024.10.21. - 2024.10.27.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tárkonyos zöldségragu leves tm-gm (9;12) Tejszínes spenótos metélt (1;7) Alma	Paradicsomleves tojm,gm (9) Pásztortarhonya húsmentes (12) Mongol saláta		Tavaszi zöldségleves rizsbetéttel zm (12) Zöldbabfőzelék tm,gm zsemle vizes fél db (1)	Sütőtökrémleves gm (7) Mexikói zöldségpörkölt Párolt rizs
EN:546 ZS:28,3 TZS:6,6 FH:11,0 SZH:60,4 CK:5,7 SO:2,0	EN:495 ZS:10,7 TZS:1,1 FH:7,2 SZH:90,5 CK:25,6 SO:2,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:385 ZS:18,7 TZS:2,3 FH:11,4 SZH:44,8 CK:1,6 SO:0,9	EN:1549 ZS:113,2 TZS:12,4 FH:15,2 SZH:117,6 CK:15,3 SO:4,2

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 - 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.