

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapesti ISKOLA ALSÓ (Glutén-, tej-, tojás-, olajosmag-, paradicsommentes)

48. hét 2024.11.25. - 2024.12.01.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Gyümölcs tea Zöldfűszeres margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:296 ZS:7,6 TZS:3,1 FH:3,1 SZH:52,0 CK:10,7 SO:1,3</p>	<p>Kakaós rizsital margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:403 ZS:8,1 TZS:2,5 FH:4,0 SZH:76,7 CK:17,5 SO:1,5</p>	<p>Citromos tea Sertés párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:355 ZS:11,2 TZS:4,4 FH:7,0 SZH:54,6 CK:10,9 SO:1,9</p>	<p>Rizs ital lekvár margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:434 ZS:7,8 TZS:2,4 FH:3,9 SZH:85,2 CK:27,2 SO:1,5</p>	<p>Erdei gyümölcs tea Tonhalkrém (4;10) Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:393 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7 SZH:55,5 CK:14,0 SO:1,6</p>
<p>Lebbencs leves (12) Csirkeragu Zöldbabfőzelék</p> <p>EN:374 ZS:14,3 TZS:2,4 FH:19,3 SZH:43,9 CK:5,1 SO:2,6</p>	<p>Zöldségleves Natúr sertésszelet Főtt burgonya (12) Meggymártás</p> <p>EN:544 ZS:13,2 TZS:3,0 FH:22,3 SZH:78,4 CK:29,8 SO:2,2</p>	<p>Karalábé leves (12) Zöldséges sertésragu Tészta köret</p> <p>EN:369 ZS:10,9 TZS:1,9 FH:17,5 SZH:49,5 CK:0,9 SO:1,7</p>	<p>Sárgarépakrémleves Sertés pörkölt Tökfőzelék</p> <p>EN:397 ZS:16,3 TZS:2,7 FH:18,0 SZH:53,7 CK:10,1 SO:2,6</p>	<p>Tárkonyos csirkeragu leves Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár körte</p> <p>EN:637 ZS:8,9 TZS:1,2 FH:15,7 SZH:122,3 CK:25,8 SO:3,3</p>
<p>Cukkínikrém Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) Paprika</p> <p>EN:150 ZS:5,4 TZS:0,6 FH:3,2 SZH:20,9 CK:0,5 SO:0,8</p>	<p>Házi sertés húskrém Abonett Paprika</p> <p>EN:146 ZS:7,0 TZS:1,4 FH:6,7 SZH:13,2 CK:0,2 SO:0,2</p>	<p>Petrezselymes margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:183 ZS:12,4 TZS:3,9 FH:1,6 SZH:15,7 CK:0,2 SO:0,1</p>	<p>Zala felvágott margarin Abonett Kígyóuborka</p> <p>EN:167 ZS:10,1 TZS:3,3 FH:7,2 SZH:11,3 CK:0,3 SO:0,8</p>	<p>magyaros margarinkrém Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:237 ZS:18,4 TZS:5,8 FH:1,6 SZH:15,7 CK:0,2 SO:0,4</p>

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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital