

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest KÖZÉPISKOLA (tejmentes)  
48. hét 2024.11.25. - 2024.12.01.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Lebbencs leves (1;9;12) Csirkeragu Zöldbabfőzelék (1)	Zöldségleves (1;9;12) Natúr sertésszelet (1) Főtt burgonya (12) Meggymártás (1)	Karalábé leves (9;12) Zöldséges sertésragu (1) Tészta köret (1)	Sárgarépakrémleves (1) Sertés pörkölt Tökfőzelék (1)	Tárkonyos csirkeragu leves (9) Darás metélt (1) Házi baracklekvár körte
EN:434 ZS:17,7 TZS:3,1 FH:25,5 SZH:43,8 CK:2,0 SO:2,7	EN:673 ZS:16,1 TZS:3,3 FH:33,9 SZH:91,6 CK:35,8 SO:2,8	EN:499 ZS:19,5 TZS:3,2 FH:24,4 SZH:55,0 CK:3,2 SO:1,9	EN:574 ZS:32,8 TZS:7,7 FH:21,1 SZH:48,1 CK:9,0 SO:3,4	EN:804 ZS:11,7 TZS:2,0 FH:27,1 SZH:145,4 CK:36,7 SO:4,1

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.