

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

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

51. hét 2024.12.16. - 2024.12.22.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Erdei gyümölcs tea Sonkakrém Gluténmentes kenyér</p> <hr/> <p>EN:355 ZS:10,3 TZS:4,2 FH:7,2 SZH:56,3 CK:14,5 SO:2,1</p>	<p>Rizs ital margarin Gluténmentes kenyér Jégcsapretek</p> <hr/> <p>EN:382 ZS:7,8 TZS:2,4 FH:5,0 SZH:71,4 CK:11,5 SO:1,4</p>	<p>Citromos tea Zala felvágott margarin Gluténmentes kenyér</p> <hr/> <p>EN:346 ZS:11,1 TZS:4,4 FH:6,9 SZH:52,8 CK:11,0 SO:2,0</p>	<p>Kakaós rizsital margarin Gluténmentes kenyér</p> <hr/> <p>EN:403 ZS:8,1 TZS:2,5 FH:4,0 SZH:76,7 CK:17,5 SO:1,5</p>	<p>Gyümölcs tea Sertés párizsi margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <hr/> <p>EN:365 ZS:11,3 TZS:4,4 FH:6,8 SZH:56,8 CK:10,7 SO:1,9</p>
<p>Babgulyás leves sertés (12) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár Mandarin</p> <hr/> <p>EN:753 ZS:16,0 TZS:2,1 FH:19,4 SZH:130,3 CK:24,8 SO:2,1</p>	<p>Kertész leves Egyben sertésvagdalt Finomfőzelék</p> <hr/> <p>EN:417 ZS:13,8 TZS:4,6 FH:18,3 SZH:53,2 CK:7,5 SO:2,8</p>	<p>Zöldségkrémleves (12) Halas-spenótos penne (4)</p> <hr/> <p>EN:423 ZS:12,9 TZS:1,5 FH:17,7 SZH:58,7 CK:1,5 SO:2,8</p>	<p>Csontleves tésztaival Csirkepörkölt Zöldborsófőzelék</p> <hr/> <p>EN:497 ZS:14,5 TZS:2,3 FH:25,4 SZH:60,8 CK:12,0 SO:4,6</p>	<p>Fahéjas almaleves Kukoricás csirkeragu Főtt burgonya (12)</p> <hr/> <p>EN:444 ZS:7,9 TZS:1,4 FH:18,2 SZH:68,8 CK:12,4 SO:1,5</p>
<p>Mátrai csemege szalámi margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) Paprika</p> <hr/> <p>EN:226 ZS:13,1 TZS:4,7 FH:6,0 SZH:19,9 CK:0,2 SO:0,6</p>	<p>Padlizsánkrém (10) Abonett</p> <hr/> <p>EN:118 ZS:6,7 TZS:2,0 FH:2,8 SZH:11,0 CK:0,2 SO:1,0</p>	<p>Házi zöldségkrém (10) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) Kígyóuborka</p> <hr/> <p>EN:120 ZS:2,2 TZS:0,6 FH:3,3 SZH:20,2 CK:1,2 SO:0,9</p>	<p>Olasz felvágott margarin vizes zsemle (1) Kígyóuborka</p> <hr/> <p>EN:254 ZS:10,2 TZS:3,1 FH:9,0 SZH:30,5 CK:0,9 SO:0,7</p>	<p>Cukkínikrém Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <hr/> <p>EN:127 ZS:5,2 TZS:0,6 FH:2,4 SZH:16,8 CK:0,5 SO:0,8</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**