

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Tojás-, olajosmagmentes)  
52. hét 2024.12.23. - 2024.12.29.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	Erdei gyümölcs tea Tavaszi felvágott margarin Gluténmentes kenyér Paprika				
	EN:357 ZS:10,1 TZS:4,0 FH:6,2 SZH:58,0 CK:12,0 SO:1,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
<b>Ebéd</b>	Magyaros reszeltészta leves (9;12) Főtt virsli Tökfőzelék (7) Mandarin				
	EN:450 ZS:23,4 TZS:5,0 FH:12,3 SZH:47,0 CK:3,1 SO:2,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
<b>Uzsonna</b>	Brokkolikrém (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)				
	EN:138 ZS:6,5 TZS:3,9 FH:2,6 SZH:16,7 CK:0,9 SO:0,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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.