

# ÉTLAP DA (Glutén-, máj-, szénhidrát-, fruktóz-, tojás-, tej-, burgonya-, fokhagyma-, mustármentes)

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

19. hét 2025.05.05. - 2025.05.11.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő                                                                                                                                                          | Kedd                                                                                                                                                             | Szerda                                                                                                                                                                      | Csütörtök                                                                                                                                                | Péntek                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Citromos tea diab,frm *<br/>Liga Margarin<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)</p> <p>EN:91 ZS:1,4 TZS:0,3 FH:0,6<br/>SZH:17,8 CK:1,2 SO:0,6</p>        | <p>Happy Rizsital UHT 1/1<br/>Ligakrém z.hagymás tm<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)</p> <p>EN:433 ZS:16,2 TZS:6,7 FH:0,8<br/>SZH:28,6 CK:7,0 SO:0,7</p> | <p>Happy Rizsital UHT 1/1<br/>Olasz felvágott<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)<br/>Liga Margarin</p> <p>EN:356 ZS:6,4 TZS:1,9 FH:3,1<br/>SZH:29,0 CK:7,1 SO:1,1</p> | <p>Happy Rizsital UHT 1/1<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)<br/>Liga Margarin</p> <p>EN:309 ZS:2,4 TZS:0,4 FH:0,7<br/>SZH:28,5 CK:7,0 SO:0,7</p>  | <p>Citromos tea diab,frm *<br/>Padlizsános ligakrém<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)</p> <p>EN:202 ZS:13,6 TZS:5,9 FH:0,6<br/>SZH:18,1 CK:1,2 SO:0,6</p>        |
| <p>Tárkonyos csirkeragu leves tm-gm (9;12)<br/>Spenótos metélt (12)</p> <p>EN:463 ZS:17,8 TZS:4,0 FH:13,1<br/>SZH:61,6 CK:3,2 SO:1,9</p>                       | <p>Csontleves tojm,gm (9;12)<br/>Székelykáposzta tm-gm (12)<br/>Gluténmentes kenyér fél</p> <p>EN:348 ZS:13,4 TZS:2,4 FH:17,1<br/>SZH:37,1 CK:1,5 SO:3,1</p>     | <p>Lebbencsleves gm (12)<br/>Bácskai rizseshús (csirke) (12)<br/>Uborkasaláta diab frm *</p> <p>EN:497 ZS:18,7 TZS:4,0 FH:18,5<br/>SZH:62,4 CK:0,2 SO:3,1</p>               | <p>Zöldségleves tésztával (12)<br/>Gyros-os csirke<br/>Párolt rizs<br/>Uborkasaláta</p> <p>EN:679 ZS:29,4 TZS:5,4 FH:21,8<br/>SZH:80,9 CK:5,7 SO:3,3</p> | <p>Karfiol krémleves tm-gm (12)<br/>Fokhagymás sertés aprópecsenye<br/>Zöldséges rizs<br/>Mandarin</p> <p>EN:599 ZS:24,1 TZS:4,3 FH:21,2<br/>SZH:72,1 CK:1,9 SO:2,3</p> |
| <p>Pulykapárizsi füst ízesítéssel<br/>Liga Margarin<br/>Gluténmentes kenyér<br/>Kígyóuborka</p> <p>EN:147 ZS:6,3 TZS:1,8 FH:3,2<br/>SZH:17,9 CK:0,7 SO:0,9</p> | <p>Kolbászkrém tm<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)<br/>Kígyóuborka</p> <p>EN:235 ZS:15,8 TZS:6,6 FH:4,5<br/>SZH:17,9 CK:1,1 SO:0,9</p>                   | <p>Szendvicssonka<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)<br/>Tv paprika<br/>Liga Margarin</p> <p>EN:119 ZS:2,5 TZS:0,8 FH:3,8<br/>SZH:19,3 CK:1,5 SO:1,1</p>              | <p>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)<br/>Tonhalkrém tm (4)<br/>Tv paprika</p> <p>EN:168 ZS:8,0 TZS:2,7 FH:4,7<br/>SZH:18,5 CK:1,0 SO:0,7</p>          | <p>Házi baromfi húskrém<br/>Házi sütésű gluténmentes kenyér (12)<br/>Paradicsom</p> <p>EN:162 ZS:8,5 TZS:3,3 FH:2,2<br/>SZH:18,5 CK:1,0 SO:0,5</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 - Rákfélék; 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.