

ÉTLAP		info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Óvoda		16.hét 2025.04.14.-2025.04.20.					
GaszTViTál		Glutén-, tej-, natív cukormentes						Budapest			
		Hétfő 04.14		Kedd 04.15		Szerda 04.16		Csütörtök 04.17		Péntek 04.18	
Tízórai	Málna tea * (12;) EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Kapros margarin EN: 54.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;		Kakaó * EN: 101.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.4 g; SZH: 19.6 g; CK: 7.2 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.2 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;		Erdei gyümölcs tea * (12;) EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; magyaros margarinkrém EN: 162.0 kcal; ZS: 18.0 g; TZS: 5.7 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóborka EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; FH: 0.2 g;		Citromos tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Tavaszi felvágott EN: 55.4 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 2.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.1 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.4 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;				
	Ebéd	Sertéshúsos zöldborsóleves (12;) EN: 216.5 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 1.3 g; SZH: 19.3 g; CK: 0.2 g; FH: 15.8 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara rizsitalból és kukoricadarából diab * EN: 185.3 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 0.5 g; SZH: 37.1 g; CK: 10.8 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g; Fahéj szórát * EN: 7.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;		Citromos almaleves * EN: 73.8 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 16.0 g; CK: 1.2 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Bácskai rizseshús EN: 433.0 kcal; ZS: 19.6 g; TZS: 5.1 g; SZH: 48.1 g; CK: 0.0 g; FH: 16.6 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Csalamádé * (10;12;) EN: 9.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.2 g; FH: 0.4 g; SÓ: 1.0 g;		Zellerkrémleves (7;9;12;) EN: 77.4 kcal; ZS: 4.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 7.9 g; CK: 0.8 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.0 g; CA: 27.0 mg; Parajos-csirkés tészta EN: 257.4 kcal; ZS: 4.4 g; TZS: 0.8 g; SZH: 43.1 g; CK: 1.5 g; FH: 10.8 g; SÓ: 0.8 g;		Zöldségleves tésztával (9;12;) EN: 58.4 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.2 g; SZH: 8.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Egyben sertésvagdalt EN: 179.3 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 2.9 g; SZH: 26.0 g; CK: 0.2 g; FH: 10.1 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Fejtett babfőzelék (7;12;) EN: 214.1 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 2.0 g; SZH: 27.1 g; CK: 2.1 g; FH: 7.6 g; SÓ: 0.8 g; CA: 22.5 mg;			
Uzsonna	Padlizsánkrém (10;) EN: 60.3 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;		Sonkakrém EN: 78.8 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.4 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.6 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;		Olasz felvágott EN: 47.2 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.4 g; Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g;		Tonhalkrém (4;10;) EN: 105.3 kcal; ZS: 9.9 g; TZS: 3.1 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.0 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.2 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;				

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.