

ÉTLAP		Óvoda			16.hét 2025.04.14.-2025.04.20.
info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Tej-, tojás-, paradicsommentes			Budapest
Gasztvital	Hétfő 04.14	Kedd 04.15	Szerda 04.16	Csütörtök 04.17	Péntek 04.18
	Tízórai Málna tea EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 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; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Kakaós rizsital EN: 144.5 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 29.3 g; CK: 13.6 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.2 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Erdei gyümölcs tea EN: 28.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 7.0 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; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóborka EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; FH: 0.2 g;	Citromos tea EN: 28.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 7.0 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; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g;	
	Ebéd Zöldborsó leves (12;) EN: 185.0 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 0.9 g; SZH: 21.1 g; CK: 0.1 g; FH: 5.6 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara TM (1;) EN: 275.8 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.5 g; SZH: 59.8 g; CK: 31.8 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.2 g; Fahéj szórát EN: 120.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 29.5 g; CK: 29.5 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 (1;) EN: 106.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 23.7 g; CK: 9.4 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Bácskai rizseshús EN: 295.6 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 1.5 g; SZH: 41.3 g; CK: 0.0 g; FH: 14.2 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Csalamádé (10;12;) EN: 9.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.2 g; CK: 1.0 g; FH: 0.4 g;	Zöldségkrémleves (1;12;) EN: 41.2 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.7 g; CK: 0.5 g; FH: 1.5 g; SÓ: 1.5 g; CA: 0.0 mg; Parajos-csirkés tészta (1;) EN: 328.0 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 1.3 g; SZH: 52.4 g; CK: 3.9 g; FH: 16.9 g; SÓ: 0.8 g;	Zöldségleves tésztával (1;9;) EN: 75.9 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.3 g; SZH: 11.7 g; CK: 2.2 g; FH: 2.3 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 (1;) EN: 188.5 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 0.6 g; SZH: 24.9 g; CK: 2.7 g; FH: 7.5 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 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; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 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; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 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; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 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; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 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.