

ÉTLAP		info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Szociális Tejmentes		19.hét 2025.05.05.-2025.05.11. Budapest		
Gasztvital		Hétfő 05.05	Kedd 05.06	Szerda 05.07	Csütörtök 05.08	Péntek 05.09	Szombat 05.10	Vasárnap 05.11
Ebéd	Tárkonyos csirkeragu leves (1;9;) EN: 142.3 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 0.8 g; SZH: 13.0 g; CK: 1.4 g; FH: 15.3 g; SÓ: 3.1 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara DI-TM * (1;) EN: 168.1 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.4 g; SZH: 34.6 g; CK: 7.2 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.3 g; Kakaó szórat * EN: 159.9 kcal; ZS: 4.2 g; TZS: 2.6 g; SZH: 22.5 g; CK: 0.2 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.4 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Reszelttészta leves (1;9;12;) EN: 141.2 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 0.3 g; SZH: 22.0 g; CK: 4.4 g; FH: 4.4 g; SÓ: 1.6 g; Sertés aprópecsenye EN: 225.0 kcal; ZS: 13.6 g; TZS: 2.6 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 19.3 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Zöldbabfőzelék (1;) EN: 245.5 kcal; ZS: 19.0 g; TZS: 2.0 g; SZH: 17.6 g; CK: 3.3 g; FH: 5.0 g; SÓ: 1.4 g;	Fahéjas szilvaleves * EN: 102.3 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 22.0 g; CK: 10.1 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; Parajos-halas penne (1;4;) EN: 352.6 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 1.8 g; SZH: 45.3 g; CK: 4.2 g; FH: 14.8 g; SÓ: 1.5 g;	Kertész leves D (1;3;9;) EN: 121.4 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 0.6 g; SZH: 16.3 g; CK: 3.3 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.5 g; Egyben sertésvagdalt (1;3;) EN: 129.4 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 4.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.3 g; FH: 13.5 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Paradicsomos burgonyafőzelék * (1;12;) EN: 339.5 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 0.7 g; SZH: 57.3 g; CK: 5.4 g; FH: 8.5 g; SÓ: 4.0 g;	Lencseleves (10;) EN: 198.2 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 0.4 g; SZH: 24.3 g; CK: 0.1 g; FH: 10.8 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Lecsós csirkeragu EN: 117.3 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 1.1 g; SZH: 4.1 g; CK: 0.0 g; FH: 16.4 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Rizs köret EN: 240.8 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 46.5 g; FH: 5.6 g; SÓ: 2.0 g;	Francia hagymaleves EN: 131.2 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 0.9 g; SZH: 12.7 g; CK: 1.6 g; FH: 1.4 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Sült májas hurka EN: 247.0 kcal; ZS: 19.0 g; TZS: 6.7 g; SZH: 8.0 g; CK: 0.9 g; FH: 11.0 g; SÓ: 1.3 g; Tört burgonya (12;) EN: 243.3 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 46.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 1.4 g; Párolt káposzta 1/2 EN: 59.0 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 7.5 g; CK: 0.0 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.4 g;	Csontleves (9;12;) EN: 26.1 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.4 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg; Rakott karfiol sertéshúsos EN: 429.5 kcal; ZS: 14.0 g; TZS: 2.6 g; SZH: 48.6 g; CK: 0.0 g; FH: 25.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Kókuszgolyó Mester (3;8;) EN: 231.0 kcal; ZS: 18.5 g; TZS: 12.1 g; SZH: 14.5 g; CK: 7.6 g; FH: 1.7 g; SÓ: 0.1 g;	