

ÉTLAP

info@gasztvital.hu

gasztvital.hu

Szociális pépes

27.hét 2025.06.30.-2025.07.06.

Gasztvital

Ebéd

Hétfő
06.30

Vajgaluskaleves (1;3;7;9;)
EN:91.4kcal ZS:0.9g TZS:0.3g
SZH:17.6g CK:0.9g FH:3.1g SÓ:2.0g
CA:0.0mg

Temesvári falatok (1;7;)
EN:245.6kcal ZS:16.6g TZS:3.4g
SZH:3.8g CK:0.5g FH:19.4g SÓ:1.6g
CA:0.0mg

Tésztaköret (1;)
EN:464.2kcal ZS:10.0g TZS:1.4g
SZH:79.2g CK:3.9g FH:13.4g SÓ:1.6g

Kedd
07.01

Sárgarépakrémleves (1;7;)
EN:359.9kcal ZS:18.1g TZS:11.2g
SZH:39.1g CK:19.5g FH:9.1g SÓ:0.5g
CA:96.0mg

Levesgyöngy (1;3;7;)
EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g
SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g

Fokhagymás csirkeapró
EN:194.3kcal ZS:10.3g TZS:2.0g
SZH:3.7g CK:0.0g FH:20.2g SÓ:1.5g

Kelkáposztafőzelék (1;12;)
EN:259.4kcal ZS:9.7g TZS:1.0g
SZH:32.3g CK:0.0g FH:8.1g SÓ:0.9g
CA:0.0mg

Szerda
07.02

Tarhonyaleves (1;9;)
EN:141.6kcal ZS:5.5g TZS:0.6g
SZH:19.2g CK:1.9g FH:3.3g SÓ:1.5g
CA:0.0mg

Házi vagdalt (1;3;6;7;10;)
EN:444.9kcal ZS:33.2g TZS:4.9g
SZH:13.7g CK:0.2g FH:21.2g SÓ:3.4g
CA:0.0mg

Zöldborsófőzelék (1;7;)
EN:298.4kcal ZS:3.9g TZS:0.9g
SZH:42.7g CK:8.6g FH:17.7g SÓ:1.2g
CA:60.0mg

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)
EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g
SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g

Menü süti (1;3;5;6;7;8;)
EN:103.0kcal ZS:3.6g TZS:1.6g
SZH:15.7g CK:9.5g FH:1.6g
CA:0.1mg

Csütörtök
07.03

Fahéjas szilvaleves (1;7;)
EN:224.7kcal ZS:2.6g TZS:1.9g
SZH:45.3g CK:35.7g FH:3.3g SÓ:0.0g
CA:24.8mg

Rántott halszelet (1;3;4;)
EN:514.9kcal ZS:33.4g TZS:4.7g
SZH:30.9g CK:0.3g FH:21.2g SÓ:2.3g

Petrezselymes rizs
EN:415.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g
SZH:93.0g FH:11.2g SÓ:1.0g

Péntek
07.04

Legényfogóleves (1;7;9;)
EN:218.8kcal ZS:10.1g TZS:3.2g
SZH:9.1g CK:1.4g FH:21.0g SÓ:2.2g
CA:4.5mg

Császármorzsa (1;3;6;7;)
EN:758.8kcal ZS:10.9g TZS:4.5g
SZH:142.8g FH:21.0g

Baracklekvár
EN:24.3kcal SZH:5.8g CK:5.1g

Szombat
07.05

Tojásleves (1;3;)
EN:154.5kcal ZS:12.1g TZS:1.7g
SZH:7.8g CK:0.0g FH:3.3g SÓ:1.3g
CA:0.0mg

Zúzapörkölt (1;)
EN:233.6kcal ZS:14.9g TZS:1.9g
SZH:4.4g CK:1.3g FH:18.7g SÓ:2.7g
CA:0.0mg

Tarhonyaköret (1;)
EN:433.9kcal ZS:10.4g TZS:1.4g
SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.5g

Vasárnap
07.06

Olasz zöldségleves (1;9;)
EN:76.4kcal ZS:4.0g TZS:0.4g
SZH:7.7g CK:1.1g FH:2.2g SÓ:1.4g
CA:0.0mg

Rakott brokkoli (3;)
EN:596.4kcal ZS:15.9g TZS:6.4g
SZH:81.4g CK:4.8g FH:30.9g SÓ:1.6g
CA:41.2mg

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-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRADI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Lapszám: 1 / 1

Nyomtatva: 2025.06.25. 8:43