ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Bölcsőde
gluténmentes bölcsőde

25.hét 2025.06.16.-2025.06.22.

GasztroVitál

	Hétfő 06.16	Kedd 06.17	Szerda 06.18	Csütörtök 06.19	Péntek 06.20
Reggeli	**Citromos tea (12;)** EN: 4.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.8 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; **Sajtkrém natúr (7;)** EN: 16.3 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g; CA: 7.0 mg; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g;	**UHT tartós tej 1,5 % 1/1 (7;)** EN: 46.0 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 4.8 g; CK: 4.8 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 120.0 mg; **Pórés tojáskrém tm,frm (3;)** EN: 67.8 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 2.7 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.0 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; **Liga Margarin** EN: 9.0 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.3 g; SÓ: 0.0 g; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g;	**Tej 1/5% (7;)** EN: 50.0 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 4.6 g; CK: 4.6 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; CA: 120.0 mg; **Ligakrém kapros tm** EN: 110.3 kcal; ZS: 12.3 g; TZS: 5.4 g; SZH: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g; **Paradicsom** EN: 4.6 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.8 g; FH: 0.2 g;	**UHT tartós tej 1,5 % 1/1 (7;)** EN: 46.0 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 4.8 g; CK: 4.8 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 120.0 mg; **Vaniliás túrókrém LM (7;)** EN: 36.1 kcal; ZS: 1.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 2.6 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 15.2 mg; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g;	**Citromos tea (12;)** EN: 4.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.8 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; **kockasajt (7;)** EN: 21.9 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.8 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.9 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.4 g; CA: 100.6 mg; **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;
Tízórai	**100 %-os gyümölcslé** EN: 92.0 kcal; SZH: 22.6 g; CK: 21.6 g;	**Alma** EN: 12.4 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 2.8 g;	**100 %-os gyümölcslé** EN: 92.0 kcal; SZH: 22.6 g; CK: 21.6 g;	**Alma** EN: 12.4 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 2.8 g;	**100 %-os gyümölcslé** EN: 92.0 kcal; SZH: 22.6 g; CK: 21.6 g;
Ebéd	**Gulyásleves zm (12;)** EN: 178.0 kcal; ZS: 11.7 g; TZS: 3.1 g; SZH: 9.2 g; CK: 0.0 g; FH: 8.0 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; **Tejben rizs (7;)** EN: 245.9 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 1.6 g; SZH: 46.0 g; CK: 16.9 g; FH: 7.5 g; SÓ: 0.7 g; CA: 165.0 mg; **Kakaószórat** EN: 57.9 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 11.8 g; CK: 11.4 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; **Gluténmentes kenyér fél** EN: 69.6 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 12.9 g; CK: 0.5 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.4 g;	**Natúr sertésszelet gm** EN: 113.9 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.0 g; FH: 10.6 g; SÓ: 0.2 g; **Vagdalt** EN: 50.1 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; **Gluténmentes kenyér fél** EN: 69.6 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 12.9 g; CK: 0.5 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.4 g; **Zsemle fél db (1;)** EN: 62.5 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 13.3 g; CK: 0.1 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g;	**Édes-savanyú csirkecomb (10;)** EN: 137.3 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 2.0 g; SZH: 8.9 g; CK: 4.9 g; FH: 7.1 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; **Petrezselymes rizs** EN: 247.8 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 45.2 g; FH: 5.4 g; SÓ: 1.1 g; **Maróni gesztenyerúd 20g**	**Kapros halragu tm (4;)** EN: 65.6 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.6 g; FH: 7.2 g; SÓ: 0.1 g; **Tésztaköret tojm,gm** EN: 225.8 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 42.4 g; CK: 1.8 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.8 g;	**Alma** EN: 24.8 kcal; ZS: 0.3 g; SZH: 5.6 g; **Borsodi fokhagymás szelet (12;)** EN: 233.2 kcal; ZS: 15.4 g; TZS: 3.2 g; SZH: 8.8 g; CK: 1.1 g; FH: 14.0 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; **Tört burgonya (12;)** EN: 141.0 kcal; ZS: 0.3 g; SZH: 27.6 g; FH: 3.8 g; SÓ: 1.6 g;
Uzsonna	**Sárgarépás sajtkrém lm (7;)** EN: 53.2 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 2.6 g; SZH: 0.2 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 65.0 mg; **Liga Margarin** EN: 9.0 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.3 g; SÓ: 0.0 g; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g; **Kígyóuborka** EN: 2.4 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; FH: 0.2 g;	**Szendvicskrém felvágottból gm,tm** EN: 92.7 kcal; ZS: 8.6 g; TZS: 3.7 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.0 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.3 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;	**Natúr joghurt (7;)** EN: 82.5 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 2.8 g; SZH: 5.7 g; CK: 5.7 g; FH: 4.9 g; SÓ: 0.0 g; CA: 180.0 mg; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g;	**Tavaszi felvágott** EN: 41.6 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 1.5 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.1 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.3 g; **Liga Margarin** EN: 9.0 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.3 g; SÓ: 0.0 g; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g; **Tv paprika** EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.3 g;	**Szendvicssonka** EN: 18.6 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.3 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.4 g; **Liga Margarin** EN: 9.0 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.3 g; SÓ: 0.0 g; **Házi sütésű gluténmentes kenyér (12;)** EN: 66.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.9 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 g; **Jégcsapretek** EN: 2.3 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.3 g; FH: 0.2 g;

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközlünk. 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(kálcium: 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-Szezámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.

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

Nyomtatva: 2025.06.11. 6:24