

ÉTLAP		info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Kórházi dolgozó ALKA		47.hét 2025.11.17.-2025.11.23.	
GasztroVital		Hétfő 11.17	Kedd 11.18	Szerda 11.19	Csütörtök 11.20	Péntek 11.21	
Ebéd A	Francia hagymaleves (1;7;) EN:206.1kcal ZS:12.3g TZS:8.4g SZH:19.8g CK:0.8g FH:3.4g SÓ:1.5g CA:28.0mg	Minestrone leves (1;7;9;) EN:182.6kcal ZS:8.3g TZS:2.7g SZH:17.5g CK:3.2g FH:7.2g SÓ:1.9g CA:65.0mg	Zellerkrémleves* (1;7;9;) EN:201.6kcal ZS:13.0g TZS:5.8g SZH:13.5g CK:4.4g FH:4.7g SÓ:1.8g CA:78.0mg	Frankfurti leves/F(virslí) (1;7;) EN:387.2kcal ZS:27.4g TZS:10.7g SZH:17.5g CK:1.2g FH:16.7g SÓ:3.2g CA:36.0mg	Csontleves (finom metélt)Alk. (1;) EN:113.5kcal ZS:2.4g TZS:0.5g SZH:18.2g CK:1.6g FH:4.4g SÓ:1.5g		
	Pirított kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g	Rakott burgonya Alk. (3;7;) EN:647.5kcal ZS:26.4g TZS:7.9g SZH:76.7g CK:3.0g FH:25.9g SÓ:0.5g CA:84.0mg	Pirított kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g	Stíriai metélt (1;3;7;) EN:932.8kcal ZS:31.5g TZS:18.4g SZH:118.7g CK:55.0g FH:41.1g SÓ:1.8g CA:313.0mg	Lecsós sertésszelet* (1;) EN:316.4kcal ZS:20.2g TZS:4.8g SZH:7.4g CK:0.5g FH:26.3g SÓ:2.3g		
	Sertéspörkölt EN:410.3kcal ZS:34.0g TZS:12.6g SZH:3.0g CK:0.0g FH:22.1g SÓ:2.0g CA:0.0mg	Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	Saslik EN:428.8kcal ZS:28.7g TZS:10.6g SZH:4.8g CK:1.2g FH:35.3g SÓ:2.2g CA:0.0mg	Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Petr. rizsköret (100g) EN:512.3kcal ZS:18.7g TZS:2.1g SZH:77.6g FH:9.3g SÓ:1.5g		
	Pirított tarhonya (1;) EN:516.8kcal ZS:19.6g TZS:2.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.5g	Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Tepsis burgonya EN:405.9kcal ZS:10.0g TZS:1.0g SZH:69.9g FH:9.5g SÓ:1.5g		Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g		
	Savanyított ecetes almapaprika (vödrös) 0,08 KG (10;12;) EN:16.0kcal ZS:0.2g SZH:2.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:1.6g		Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g				
Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g							
Napi összesítés	EN: 1317.9 kcal; ZS: 66.7 g; TZS: 23.5 g; SZH: 130.7 g; CK: 6.2 g; FH: 44.7 g; SÓ: 7.6 g; CA: 28.0 mg;	EN: 958.4 kcal; ZS: 35.2 g; TZS: 10.6 g; SZH: 119.6 g; CK: 8.2 g; FH: 37.8 g; SÓ: 4.0 g; CA: 149.0 mg;	EN: 1205.0 kcal; ZS: 52.4 g; TZS: 17.5 g; SZH: 121.8 g; CK: 6.7 g; FH: 55.5 g; SÓ: 6.5 g; CA: 78.0 mg;	EN: 1440.4 kcal; ZS: 59.3 g; TZS: 29.2 g; SZH: 160.2 g; CK: 57.0 g; FH: 62.1 g; SÓ: 5.7 g; CA: 349.0 mg;	EN: 1062.7 kcal; ZS: 41.7 g; TZS: 7.5 g; SZH: 127.2 g; CK: 3.0 g; FH: 44.3 g; SÓ: 6.0 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-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-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.							
Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRADI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)				Lapszám: 1 / 2		Nyomtatva: 2025.09.30. 13:15	

ÉTLAP		info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Kórházi dolgozó ALKA		47.hét 2025.11.17.-2025.11.23.	
Gasztvital		Hétfő 11.17	Kedd 11.18	Szerda 11.19	Csütörtök 11.20	Péntek 11.21	
Ebéd B	Meggyleves* (1;7;) EN:305.5kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:61.5g CK:53.0g FH:3.3g SÓ:1.0g CA:24.0mg	Borscsleves(sertes lapocka) (1;7;12;) EN:454.9kcal ZS:30.0g TZS:9.4g SZH:26.0g CK:5.9g FH:19.8g SÓ:1.8g CA:24.0mg	Csontleves* (csigatészta) Alk. (1;3;) EN:132.5kcal ZS:2.3g TZS:0.5g SZH:22.1g CK:2.6g FH:5.2g SÓ:1.6g	Frankfurti leves/F(virsl) (1;7;) EN:387.2kcal ZS:27.4g TZS:10.7g SZH:17.5g CK:1.2g FH:16.7g SÓ:3.2g CA:36.0mg	Zöldséges grízgombóc leves (1;3;) EN:137.0kcal ZS:4.5g TZS:0.8g SZH:19.6g CK:1.4g FH:4.2g SÓ:1.0g		
	Rántott sertésszelet Alk. (1;3;) EN:1085.9kcal ZS:86.3g TZS:12.3g SZH:44.3g CK:0.4g FH:32.5g SÓ:2.1g	Darásmetélt izzel (1;) EN:736.0kcal ZS:19.7g TZS:2.5g SZH:124.3g CK:43.4g FH:12.6g SÓ:1.5g	Chilisbab (Alk.) EN:626.2kcal ZS:18.0g TZS:5.9g SZH:77.3g CK:11.7g FH:37.2g SÓ:1.5g	Sajtos tészta (spagetti) (1;7;) EN:584.8kcal ZS:22.9g TZS:9.6g SZH:73.2g CK:4.2g FH:20.5g SÓ:2.1g CA:231.0mg	Szárnyas gyros tál (7;) EN:505.4kcal ZS:16.9g TZS:5.9g SZH:49.0g CK:3.0g FH:32.5g SÓ:2.4g CA:90.0mg		
	Sült burgonya (280g)* EN:584.7kcal ZS:36.0g TZS:7.2g SZH:54.6g CK:1.1g FH:5.6g SÓ:1.8g	Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Párolt rizsköret (50g) EN:197.9kcal ZS:2.9g TZS:0.4g SZH:38.8g FH:4.7g SÓ:1.5g	Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g		
	Tartármártás (3;7;10;) EN:243.0kcal ZS:22.0g TZS:8.0g SZH:7.6g CK:6.5g FH:1.8g SÓ:1.6g CA:60.0mg	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g			
	Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g						
Napi összesítés	EN: 2339.6 kcal; ZS: 149.6 g; TZS: 30.8 g; SZH: 191.9 g; CK: 61.8 g; FH: 47.5 g; SÓ: 7.3 g; CA: 84.0 mg;	EN: 1346.4 kcal; ZS: 50.5 g; TZS: 11.9 g; SZH: 181.3 g; CK: 50.1 g; FH: 37.1 g; SÓ: 4.1 g; CA: 24.0 mg;	EN: 1077.0 kcal; ZS: 23.6 g; TZS: 6.8 g; SZH: 162.2 g; CK: 15.0 g; FH: 51.3 g; SÓ: 5.3 g;	EN: 1127.5 kcal; ZS: 51.1 g; TZS: 20.4 g; SZH: 121.7 g; CK: 6.2 g; FH: 41.9 g; SÓ: 6.0 g; CA: 267.0 mg;	EN: 763.0 kcal; ZS: 21.9 g; TZS: 6.8 g; SZH: 92.6 g; CK: 5.2 g; FH: 41.0 g; SÓ: 4.2 g; CA: 90.0 mg;		
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-Szezámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.							
Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)				Lapszám: 2 / 2		Nyomtatva: 2025.09.30. 13:15	