

ÉTLAP		info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Szociális X SOKK		46.hét 2025.11.10.-2025.11.16.		
Gasztvital		Hétfő 11.10	Kedd 11.11	Szerda 11.12	Csütörtök 11.13	Péntek 11.14	Szombat 11.15	Vasárnap 11.16
Ebéd	Csokonai sertésragu leves (1;7;9;10;12;) EN:177.3kcal ZS:9.1g TZS:2.9g SZH:8.1g CK:1.1g FH:13.9g SÓ:0.3g CA:12.0mg Mák szórat EN:241.0kcal ZS:11.4g TZS:1.5g SZH:27.2g CK:20.9g FH:6.3g Főtt tészta (1;) EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g FH:10.0g SÓ:1.4g	Tarhonyaleves (1;9;12;) EN:197.3kcal ZS:6.0g TZS:1.5g SZH:27.8g CK:3.6g FH:5.4g SÓ:1.0g CA:0.0mg Lucskos káposzta (1;) EN:154.6kcal ZS:4.5g TZS:0.4g SZH:22.2g CK:0.0g FH:5.5g SÓ:1.5g CA:0.0mg Menüsüti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Narancsos süttőtök krémleves (1;) EN:158.5kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:33.3g CK:20.4g FH:2.0g SÓ:1.2g CA:0.0mg Pirított tökmag EN:189.4kcal ZS:16.0g TZS:3.0g SZH:6.2g CK:0.4g FH:8.6g SÓ:0.0g Sült csirkecomb felső EN:611.3kcal ZS:47.5g TZS:15.1g SZH:2.0g CK:0.7g FH:41.1g SÓ:3.8g Petrezselymes burgonya (12;) EN:312.9kcal ZS:4.9g TZS:1.0g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Cékla * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Paradicsomleves (1;6;) EN:230.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:41.7g CK:23.5g FH:3.4g SÓ:1.1g Zöldséges rizseshús EN:629.4kcal ZS:15.1g TZS:3.0g SZH:91.0g CK:1.5g FH:31.8g SÓ:1.5g CA:0.0mg	Petrezselymes zöldségleves (1;) EN:116.2kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:12.1g CK:0.6g FH:2.6g SÓ:0.0g Sült virsli EN:212.0kcal ZS:17.0g TZS:7.7g SZH:2.8g FH:12.0g SÓ:2.1g Sárgaborsó főzelék (1;) EN:343.9kcal ZS:6.9g TZS:0.7g SZH:50.1g CK:4.1g FH:18.8g SÓ:0.2g CA:0.0mg Banán EN:210.0kcal SZH:48.4g FH:2.6g	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;) EN:57.8kcal ZS:2.1g TZS:0.8g SZH:6.1g CK:2.5g FH:3.3g SÓ:1.1g CA:20.0mg Paprikás burgonya kolbásszal (12;) EN:644.9kcal ZS:33.1g TZS:10.8g SZH:64.7g CK:0.1g FH:14.6g SÓ:2.0g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:99.6kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:8.9g CK:0.6g FH:4.0g SÓ:3.0g CA:26.4mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Marha pörkölt EN:186.7kcal ZS:10.7g TZS:1.9g SZH:3.1g FH:18.2g SÓ:1.8g Galuska köret (1;3;) EN:608.9kcal ZS:22.8g TZS:3.2g SZH:79.1g CK:2.1g FH:17.4g SÓ:3.0g	

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 / 1

Nyomtatva: 2025.11.03. 7:38