

Gasztvital	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12
Ebéd A	Édesburgonya krémleves (1;7;) EN:315.9kcal ZS:12.9g TZS:4.1g SZH:39.1g CK:5.5g FH:10.0g 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 brokkoli* (1;3;7;) EN:663.5kcal ZS:41.9g TZS:16.7g SZH:42.8g CK:5.7g FH:33.0g SÓ:2.2g 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	Paradicsomleves/K (1;9;) EN:306.6kcal ZS:7.1g TZS:0.8g SZH:54.9g CK:36.2g FH:4.5g SÓ:1.5g Bakonyi sertéstokány (1;7;) EN:393.4kcal ZS:29.7g TZS:10.3g SZH:9.5g CK:0.5g FH:21.5g SÓ:1.7g Főtt száraztészta (orsó) 10 dkg (1;) EN:433.9kcal ZS:10.4g TZS:1.4g 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	Pandúrgulyás leves (1;7;9;10;) EN:414.4kcal ZS:11.2g TZS:4.8g SZH:44.0g CK:1.6g FH:28.9g SÓ:2.1g Rakott palacsinta (1;3;7;) EN:725.6kcal ZS:25.6g TZS:5.6g SZH:99.8g CK:47.8g FH:19.4g SÓ:0.6g 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	Gulyásleves (marhahús) (1;3;) EN:374.4kcal ZS:11.1g TZS:3.9g SZH:39.6g CK:1.0g FH:25.9g SÓ:2.1g Mákos nudli (1;3;) EN:861.8kcal ZS:31.6g TZS:3.5g SZH:94.7g CK:20.9g FH:17.3g SÓ:3.5g 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	Zöldségleves grízgaluskával (1;3;) EN:137.1kcal ZS:4.5g TZS:0.8g SZH:19.6g CK:1.4g FH:4.2g SÓ:1.0g Sajttal-kolbásszal tölt. sertés borda (1;3;6;7;) EN:820.5kcal ZS:57.7g TZS:13.9g SZH:32.0g CK:0.5g FH:43.0g SÓ:3.0g Snidlinges burgonyapüre (280 g) (7;) EN:452.7kcal ZS:10.5g TZS:5.3g SZH:69.5g CK:5.0g FH:12.3g 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
Napi összesítés	EN: 1148.1 kcal; ZS: 55.5 g; TZS: 20.9 g; SZH: 115.5 g; CK: 12.3 g; FH: 49.0 g; SÓ: 4.8 g;	EN: 1254.4 kcal; ZS: 47.7 g; TZS: 12.6 g; SZH: 160.4 g; CK: 41.0 g; FH: 42.5 g; SÓ: 5.5 g;	EN: 1260.6 kcal; ZS: 37.3 g; TZS: 10.5 g; SZH: 167.8 g; CK: 50.2 g; FH: 52.7 g; SÓ: 3.5 g;	EN: 1356.7 kcal; ZS: 43.2 g; TZS: 7.5 g; SZH: 158.3 g; CK: 22.7 g; FH: 47.5 g; SÓ: 6.3 g;	EN: 1530.8 kcal; ZS: 73.2 g; TZS: 20.0 g; SZH: 145.2 g; CK: 7.7 g; FH: 63.8 g; SÓ: 6.3 g;

ÉTLAP		info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Kórházi dolgozó ALKA		50.hét 2025.12.08.-2025.12.14.	
GasztVital		Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	
Ebéd B	Csontleves (finom metélt) Alk. (1;) EN:114.9kcal ZS:2.4g TZS:0.5g SZH:18.5g CK:1.6g FH:4.5g SÓ:1.5g	Tejszínes gombakrémleves (1;3;7;) EN:225.3kcal ZS:11.0g TZS:4.1g SZH:20.8g CK:1.7g FH:9.5g SÓ:1.6g	Pandúrgulyás leves (1;7;9;10;) EN:414.4kcal ZS:11.2g TZS:4.8g SZH:44.0g CK:1.6g FH:28.9g SÓ:2.1g	Csontleves eperlevéllel (1;3;) EN:99.2kcal ZS:3.5g TZS:0.4g SZH:14.0g CK:1.1g FH:2.6g SÓ:1.5g	Margarinaluska leves * vzőld (1;3;7;) EN:216.5kcal ZS:11.7g TZS:3.8g SZH:22.5g CK:2.4g FH:4.9g SÓ:1.6g		
	Sült debreceni kolbász 16 dkg/adag EN:492.5kcal ZS:44.3g TZS:13.7g SZH:5.9g CK:0.9g FH:18.7g SÓ:3.7g	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	Kapros túrós csusza (1;7;) EN:1027.0kcal ZS:65.5g TZS:30.2g SZH:76.8g CK:8.3g FH:31.2g SÓ:2.5g	Sült hal (Hekk filé) (1;4;) EN:1173.4kcal ZS:13.4g TZS:1.1g SZH:7.1g CK:0.0g FH:52.9g SÓ:2.6g	Fasírt pogácsa (2 db) (1;3;) EN:885.0kcal ZS:80.1g TZS:14.6g SZH:16.4g CK:0.2g FH:24.4g SÓ:2.0g		
	Zöldborsófőzelék * (1;7;) EN:397.9kcal ZS:11.2g TZS:4.1g SZH:51.9g CK:11.1g FH:17.8g SÓ:1.7g	Cornflakes csirkemell Alk (1;3;7;) EN:887.2kcal ZS:60.8g TZS:8.2g SZH:49.6g CK:4.0g FH:32.7g SÓ:2.2g	Kenyer 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	Sült burgonya (280g)* EN:584.7kcal ZS:36.0g TZS:7.2g SZH:54.6g CK:1.1g FH:5.6g SÓ:1.8g	Burgonyafőzelék-Alk./F. (1;7;) EN:463.3kcal ZS:14.0g TZS:3.8g SZH:68.2g CK:0.6g FH:9.8g SÓ:1.5g		
	Kenyer 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	Bécsi burgonyasaláta (10;) EN:434.9kcal ZS:2.4g TZS:0.2g SZH:83.3g CK:5.1g FH:10.9g SÓ:1.6g		Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	Kenyer 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: 1125.8 kcal; ZS: 58.4 g; TZS: 18.4 g; SZH: 100.3 g; CK: 14.5 g; FH: 45.3 g; SÓ: 7.7 g;	EN: 1716.1 kcal; ZS: 74.9 g; TZS: 12.6 g; SZH: 187.3 g; CK: 11.9 g; FH: 59.1 g; SÓ: 6.5 g;	EN: 1561.9 kcal; ZS: 77.2 g; TZS: 35.1 g; SZH: 144.9 g; CK: 10.7 g; FH: 64.5 g; SÓ: 5.4 g;	EN: 1985.6 kcal; ZS: 53.5 g; TZS: 8.8 g; SZH: 101.1 g; CK: 4.2 g; FH: 65.7 g; SÓ: 7.5 g;	EN: 1685.3 kcal; ZS: 106.3 g; TZS: 22.3 g; SZH: 131.1 g; CK: 4.0 g; FH: 43.4 g; SÓ: 5.8 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-Rákkfélék; 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 © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Lapszám: 2 / 2

Nyomtatva: 2025.11.10. 10:36