

ÉTLAP		Kórházi dolgozó					50.hét 2025.12.08.-2025.12.14.	
info@gasztvital.hu gasztvital.hu		90000						
Gasztvital		Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Ebéd A	Paradicsomleves (1;9;) EN:284.3kcal ZS:9.9g TZS:1.1g SZH:42.6g CK:25.4g FH:4.6g SÓ:4.9g	Tejfőlős zöldbableves (1;7;) EN:191.4kcal ZS:9.2g TZS:3.2g SZH:18.9g CK:4.0g FH:6.3g SÓ:1.5g	Őszibarack krémleves (7;) EN:163.0kcal ZS:6.2g TZS:3.3g SZH:25.4g CK:8.9g FH:1.9g SÓ:0.5g	Brokkoli krémleves + levesgyöngy (1;3;7;12;) EN:295.2kcal ZS:15.6g TZS:5.8g SZH:31.9g CK:6.1g FH:8.2g SÓ:1.5g	Zöldségleves sajtgaluskával (1;3;7;12;) EN:212.2kcal ZS:8.6g TZS:2.6g SZH:25.4g CK:1.9g FH:7.5g SÓ:1.9g	Minestrone leves (1;) EN:194.4kcal ZS:8.3g TZS:0.9g SZH:25.3g CK:2.4g FH:6.0g SÓ:5.0g		
	Grízes tészta lekvárral (1;) EN:475.0kcal ZS:18.9g TZS:2.3g SZH:69.7g CK:30.4g FH:4.7g SÓ:1.5g	Juhtúrós sztrapacska (vega) (1;3;7;12;) EN:1130.1kcal ZS:27.0g TZS:16.6g SZH:65.4g CK:2.5g FH:22.5g SÓ:3.1g	Falafel golyók (1;) EN:266.9kcal ZS:14.4g TZS:1.6g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g Párolt rizs EN:412.3kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:2.0g	Masászky rizs (1;3;6;7;) EN:537.5kcal ZS:5.5g TZS:1.5g SZH:108.6g CK:51.1g FH:13.1g SÓ:1.2g	Mediterrán lecsó EN:158.0kcal ZS:7.3g TZS:0.8g SZH:17.9g CK:5.3g FH:3.4g SÓ:1.5g	Gombapörkölt EN:141.6kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:8.2g CK:0.3g FH:9.2g SÓ:4.5g Galuska (1;3;) EN:406.5kcal ZS:7.8g TZS:1.5g SZH:66.0g CK:1.7g FH:14.5g SÓ:1.6g		
Ebéd B	Paradicsomleves (1;9;) EN:284.3kcal ZS:9.9g TZS:1.1g SZH:42.6g CK:25.4g FH:4.6g SÓ:4.9g	Tárkonyos sertésraguleves (7;9;) EN:254.8kcal ZS:18.0g TZS:7.1g SZH:9.4g CK:0.5g FH:13.5g SÓ:3.1g	Lencseleves füstölt kolbásszal (10;) EN:573.7kcal ZS:27.2g TZS:8.9g SZH:42.7g CK:3.2g FH:32.7g SÓ:2.8g	Nyírségi húsgombócleves (1;7;12;) EN:306.2kcal ZS:18.8g TZS:6.2g SZH:21.6g CK:0.8g FH:11.4g SÓ:0.3g	Palócleves (1;7;12;) EN:269.1kcal ZS:18.8g TZS:6.7g SZH:12.4g CK:0.9g FH:11.6g SÓ:3.1g	Újházy jérceleves (1;9;12;) EN:218.6kcal ZS:9.9g TZS:3.3g SZH:11.1g CK:0.1g FH:19.7g SÓ:4.2g		
	Mustáros sertésragu (1;10;) EN:342.0kcal ZS:21.7g TZS:3.9g SZH:8.1g CK:0.7g FH:26.2g SÓ:1.4g Párolt rizs EN:412.3kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:2.0g	Rakott burgonya (1;3;7;12;) EN:925.7kcal ZS:59.3g TZS:24.1g SZH:60.5g CK:1.8g FH:29.9g SÓ:3.7g	a- Spenótos-csirkés penne (1;7;) EN:957.6kcal ZS:46.7g TZS:10.3g SZH:86.5g CK:7.0g FH:45.4g SÓ:4.9g	Zöldséges spagetti füstölt sajttal (1;7;) EN:751.4kcal ZS:26.2g TZS:10.6g SZH:103.6g CK:6.2g FH:20.5g SÓ:3.7g	Paprikás burgonya virslivel (12;) EN:565.0kcal ZS:26.4g TZS:9.1g SZH:56.2g CK:0.2g FH:19.5g SÓ:5.1g	Chilisbab EN:511.5kcal ZS:21.7g TZS:7.2g SZH:49.5g CK:8.9g FH:31.4g SÓ:1.5g		
Ebéd C	Frankfurti leves (1;7;12;) EN:333.6kcal ZS:22.0g TZS:9.2g SZH:19.3g CK:0.8g FH:12.8g SÓ:2.3g	Tárkonyos sertésraguleves (7;9;) EN:254.8kcal ZS:18.0g TZS:7.1g SZH:9.4g CK:0.5g FH:13.5g SÓ:3.1g	Lencseleves füstölt kolbásszal (10;) EN:573.7kcal ZS:27.2g TZS:8.9g SZH:42.7g CK:3.2g FH:32.7g SÓ:2.8g	Nyírségi húsgombócleves (1;7;12;) EN:306.2kcal ZS:18.8g TZS:6.2g SZH:21.6g CK:0.8g FH:11.4g SÓ:0.3g	Palócleves (1;7;12;) EN:269.1kcal ZS:18.8g TZS:6.7g SZH:12.4g CK:0.9g FH:11.6g SÓ:3.1g	Újházy jérceleves (1;9;12;) EN:218.6kcal ZS:9.9g TZS:3.3g SZH:11.1g CK:0.1g FH:19.7g SÓ:4.2g		
	Bolognai spagetti (1;7;9;) EN:807.9kcal ZS:39.0g TZS:13.4g SZH:75.4g CK:13.1g FH:38.6g SÓ:4.9g	Sült csirkecomb EN:564.1kcal ZS:41.5g TZS:12.3g SZH:0.4g CK:0.0g FH:43.4g SÓ:5.0g Hagymás tört burgonya (12;) EN:366.1kcal ZS:9.8g TZS:1.0g SZH:55.7g CK:0.0g FH:7.6g SÓ:1.5g	Reszelt máj EN:381.2kcal ZS:19.9g TZS:6.2g SZH:10.3g CK:0.2g FH:39.7g SÓ:3.3g Főtt burgonya (12;) EN:263.2kcal ZS:0.6g SZH:51.5g FH:7.0g SÓ:0.1g	Sertéspörkölt EN:425.1kcal ZS:33.5g TZS:9.9g SZH:6.1g CK:0.0g FH:24.4g SÓ:3.2g Tésztaköret (szarvacska) (1;) EN:382.2kcal ZS:9.1g TZS:0.8g SZH:57.6g CK:3.8g FH:13.5g SÓ:3.0g	Cukkinis tócsni tejfőlell (1;3;7;12;) EN:682.2kcal ZS:41.6g TZS:16.1g SZH:57.5g CK:2.6g FH:13.8g SÓ:2.2g	Rántott sertés karaj (1;3;6;) EN:726.5kcal ZS:48.1g TZS:7.9g SZH:41.7g CK:1.4g FH:29.5g SÓ:3.4g Petrezselymes burgonya (12;) EN:390.3kcal ZS:9.7g TZS:4.2g SZH:60.9g FH:8.3g SÓ:2.5g		

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-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 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: 2025.12.02. 7:33