ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Tej-, tojás-, szójamentes)
13. hét 2024.03.25. - 2024.03.31.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Soproni felvágott margarin vizes zsemle (1)	Rizs ital margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Erdei gyümölcs tea Tonhalkrém (4;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Rizs ital lekvár * margarin vizes zsemle (1)	Citromos tea Szendvics sonka margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
	EN:246 ZS:7,9 TZS:2,4 FH:6,8 SZH:35,8 CK:8,1 SO:0,4	EN:426 ZS:7,3 TZS:1,3 FH:10,6 SZH:77,7 CK:10,5 SO:0,2	EN:423 ZS:11,1 TZS:3,2 FH:14,7 SZH:63,6 CK:11,0 SO:0,3	EN:325 ZS:6,7 TZS:1,2 FH:5,2 SZH:59,6 CK:15,8 SO:0,2	EN:361 ZS:5,8 TZS:1,4 FH:13,8 SZH:61,2 CK:8,3 SO:0,6
Ebéd	Sertés gulyás leves D (1;9;12) Darás metélt (1) Házi baracklekvár alma	Csontleves tésztával (1;9) Egyben sertésvagdalt Zöldborsófőzelék (1)	Almakrémleves (1) Milánói spagetti sertés (1)	Karfiolleves (1) Sült csirkecomb Rizs köret Csalamádé (10;12)	Zellerkrémleves (1;9;12) Paprikás burgonya virslivel (12) Csemege uborka (10)
	EN:596 ZS:13,0 TZS:1,9 FH:17,2 SZH:100,4 CK:24,0 SO:1,7	EN:411 ZS:9,6 TZS:3,7 FH:20,7 SZH:56,4 CK:8,4 SO:3,8	EN:394 ZS:5,0 TZS:1,8 FH:16,0 SZH:70,1 CK:19,9 SO:2,2	EN:685 ZS:27,7 TZS:1,1 FH:44,5 SZH:63,4 CK:1,0 SO:3,3	EN:331 ZS:13,0 TZS:3,7 FH:10,6 SZH:39,9 CK:1,3 SO:3,0
Uzsonna	Házi sertés húskrém Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Kapros margarin vizes kifli (1) Paprika	Brokkolikrém Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Sertés párizsi margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Bazsalikomos margarin vizes kifli (1)
	EN:292 ZS:2,7 TZS:0,5 FH:12,9 SZH:51,7 CK:0,9 SO:0,1	EN:216 ZS:6,8 TZS:1,9 FH:5,2 SZH:32,3 CK:0,8 SO:0,0	EN:275 ZS:1,4 TZS:0,1 FH:10,3 SZH:53,4 CK:1,6 SO:0,3	EN:357 ZS:8,8 TZS:2,5 FH:13,0 SZH:54,4 CK:0,9 SO:0,5	EN:195 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:4,5 SZH:28,2 CK:0,9 SO:0,0

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközlünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
***EN** (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/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.*

GasztVitál