

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Epekímélő)
16. hét 2024.04.15. - 2024.04.21.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Gyümölcs saláta EN:63 ZS:0,2 TZS: FH:0,5 SZH:14,3 CK:2,4 SO:	körte Abonett EN:104 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:2,6 SZH:21,0 CK:1,7 SO:0,1	Házi gyümölcsjoghurt zabkorpával (1;7) EN:112 ZS:4,6 TZS:2,8 FH:4,8 SZH:12,4 CK:7,3 SO:0,1	alma Detki cukorstop keksz (1;6;12) EN:76 ZS:1,4 TZS:0,4 FH:1,6 SZH:13,5 CK:0,2 SO:0,1	Narancs Babapiskóta (1;3) EN:131 ZS:0,1 TZS: FH:2,0 SZH:27,2 CK:0,7 SO:	Natúr joghurt (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) EN:197 ZS:5,7 TZS:3,5 FH:8,9 SZH:26,4 CK:0,4 SO:0,0	Mandarin Omlós keksz (1;3;6;7) EN:165 ZS:5,2 TZS:2,4 FH:2,3 SZH:26,3 CK:5,4 SO:0,1
Görög raguleves Tejben dara TM (1) Kakaó szórat * alma EN:482 ZS:10,3 TZS:3,4 FH:11,7 SZH:82,4 CK:32,2 SO:1,7	Csontleves (9) Levesbetét tészta (1) Húsgombóc (3) Kapor mártás Főtt burgonya (12) EN:395 ZS:9,2 TZS:3,9 FH:17,4 SZH:56,7 CK:2,4 SO:3,3	Zellerleves (1;9) Zöldfűszeres csirke ragu Rizs köret EN:329 ZS:9,2 TZS:1,5 FH:20,2 SZH:39,4 CK:1,0 SO:4,1	Köménymag leves (1) Sertés pörkölt Kerti vegyesfőzelék EN:261 ZS:13,4 TZS:2,2 FH:13,2 SZH:19,7 CK:7,6 SO:2,5	Vegyes gyümölcsleves (1) Zöldséges bulgur szárnyashússal (1) Cékla saláta (10) * EN:436 ZS:8,5 TZS:0,9 FH:13,1 SZH:75,8 CK:22,2 SO:1,8	Fahéjas almaleves (1) Csirkeragu Sárgarépa főzelék (1) EN:243 ZS:5,9 TZS:0,9 FH:10,9 SZH:35,0 CK:9,8 SO:1,3	Olasz zöldségleves (1;9;12) Pirított csirkemáj Csőben sült padlizsán (1;3) alma EN:308 ZS:9,1 TZS:2,1 FH:15,8 SZH:38,2 CK:1,4 SO:2,0
Brokkolikrém teljeskiőrlésű kenyér (1) EN:117 ZS:0,7 TZS:0,1 FH:4,4 SZH:22,4 CK:1,1 SO:0,2	Pritaminos túrókrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) EN:139 ZS:2,2 TZS:1,1 FH:6,4 SZH:22,4 CK:0,7 SO:0,1	Barack kompót * Háztartási keksz (1;12) EN:108 ZS:1,4 TZS:0,5 FH:2,2 SZH:21,5 CK:10,1 SO:0,3	Kefír (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) EN:197 ZS:5,7 TZS:3,5 FH:8,9 SZH:26,4 CK:0,4 SO:0,0	Csokipuding rizsitalal * EN:150 ZS:2,5 TZS:0,6 FH:1,2 SZH:30,3 CK:7,2 SO:0,2	körte Háztartási keksz (1;12) EN:132 ZS:1,2 TZS:0,5 FH:2,2 SZH:27,2 CK:5,2 SO:0,2	Gyümölcsrizs * EN:279 ZS:3,1 TZS:0,6 FH:4,6 SZH:58,6 CK:11,2 SO:0,7

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. 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, szulfidok; 13 - Csillaafürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Gasztvital