

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Szójamentes)  
17. hét 2024.04.22. - 2024.04.28.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Málna tea Kockasajt, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paprika	Kakaó (7) margarin vizes zsemle (1)	Citromos tea Zöldfűszeres margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Tej 2dl (7) lekvár * margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Erdei gyümölcs tea Fokhagymás felvágott margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
EN:389 ZS:6,9 TZS:3,9 FH:13,9 SZH:65,1 CK:8,4 SO:0,6	EN:295 ZS:7,3 TZS:1,0 FH:11,2 SZH:45,3 CK:17,9 SO:0,2	EN:363 ZS:7,3 TZS:2,0 FH:11,0 SZH:60,9 CK:7,9 SO:0,1	EN:412 ZS:7,7 TZS:0,9 FH:16,4 SZH:67,1 CK:16,3 SO:0,2	EN:401 ZS:9,4 TZS:3,1 FH:13,2 SZH:63,6 CK:10,9 SO:0,5
Sertés gulyás leves D (1;9;12) Káposztás kocka D (1)	Erőleves levestésztával (1;9;12) Főtt virsli Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12)	Citromos almaleves (1;7) Zöldfűszeres sertés ragu Rizs köret Csemege uborka (10)	Zöldségleves (1;9;12) Egyben sertésvagdalt Zöldbabfőzelék (1;7) alma	Sütőtök krémleves (1;7;12) Sült csirkecomb Bulgur köret (1) Csalamádé (10;12)
EN:382 ZS:9,7 TZS:1,5 FH:14,7 SZH:57,3 CK:2,3 SO:1,6	EN:477 ZS:18,1 TZS:4,7 FH:15,6 SZH:58,4 CK:8,2 SO:5,0	EN:416 ZS:12,4 TZS:3,7 FH:20,5 SZH:54,1 CK:7,2 SO:3,9	EN:329 ZS:9,1 TZS:3,2 FH:16,6 SZH:42,9 CK:5,3 SO:2,1	EN:648 ZS:28,0 TZS:1,5 FH:44,0 SZH:52,4 CK:14,0 SO:1,8
Bazsalikomos margarin vizes kifli (1)	Pritaminos szendvicsszendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Baromfi párizsi margarin vizes zsemle (1)	Zala felvágott margarin vizes kifli (1)	Sárgarépás margarin vizes zsemle (1)
EN:195 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:4,5 SZH:28,2 CK:0,9 SO:0,0	EN:326 ZS:5,8 TZS:3,0 FH:11,3 SZH:54,8 CK:2,3 SO:0,2	EN:211 ZS:7,5 TZS:2,0 FH:6,6 SZH:28,5 CK:1,0 SO:0,4	EN:219 ZS:8,1 TZS:2,4 FH:7,0 SZH:28,6 CK:1,0 SO:0,4	EN:226 ZS:9,6 TZS:2,9 FH:4,6 SZH:29,4 CK:0,8 SO:0,0

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 - Rákkfélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztiácia); 9 - Zeller;  
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitek; 13 - Csillaafürt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

**Gasztvital**