

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Glutén-, tej-, tojás-, natív szénhidrátmentes)

17. hét 2024.04.22. - 2024.04.28.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Málna tea (12) * magyaros margarinkrém Gluténmentes kenyér Paprika	Kakaó * margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Citromos tea * Zöldfűszeres margarin Abonett Jégcsapretek	Rizs ital lekvár * margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Erdei gyümölcs tea (12) * Fokhagymás felvágott margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka
EN:391 ZS:19,8 TZS:6,9 FH:3,8 SZH:47,3 CK:1,9 SO:1,6	EN:208 ZS:6,0 TZS:1,3 FH:2,4 SZH:35,3 CK:7,4 SO:0,2	EN:121 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:3,5 SZH:11,3 CK:0,2 SO:0,2	EN:228 ZS:5,8 TZS:1,2 FH:2,2 SZH:40,6 CK:12,8 SO:0,1	EN:301 ZS:9,8 TZS:4,2 FH:6,4 SZH:45,1 CK:1,9 SO:1,8
Sertés gulyás leves D (9;12) Káposztás kocka *	Erőleves levestésztával (9;12) Főtt virsli Paradicsomos burgonyafőzelék (12) *	Citromos almaleves * Zöldfűszeres sertés ragu Rizs köret Csemege uborka (10) *	Zöldségleves (9;12) Egyben sertésvagdalt Zöldbabfőzelék alma	Sütőtök krémleves (12) Sült csirkecomb Rizs köret Csalamádé (10;12) *
EN:357 ZS:9,4 TZS:1,2 FH:9,9 SZH:57,2 CK:0,0 SO:2,0	EN:425 ZS:17,9 TZS:4,7 FH:13,6 SZH:49,0 CK:5,6 SO:5,0	EN:382 ZS:9,9 TZS:2,0 FH:19,3 SZH:52,1 CK:1,7 SO:3,4	EN:347 ZS:9,0 TZS:3,5 FH:15,5 SZH:52,2 CK:5,3 SO:2,1	EN:615 ZS:27,9 TZS:0,8 FH:41,6 SZH:52,6 CK:6,9 SO:4,5
Bazsalikomos margarin Abonett	Pritaminos margarinkrém Gluténmentes kenyér Kígyóuborka	Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér	Zala felvágott margarin Gluténmentes kenyér	Sárgarépas margarin Abonett
EN:107 ZS:6,5 TZS:2,0 FH:2,4 SZH:9,1 CK:0,2 SO:0,2	EN:275 ZS:7,7 TZS:3,1 FH:4,2 SZH:45,3 CK:1,9 SO:1,3	EN:278 ZS:8,5 TZS:3,2 FH:5,2 SZH:43,5 CK:2,1 SO:1,7	EN:286 ZS:9,1 TZS:3,6 FH:5,6 SZH:43,6 CK:2,0 SO:1,7	EN:139 ZS:9,5 TZS:2,9 FH:2,4 SZH:10,2 CK:0,2 SO:0,2

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. \* - édesítőszer tartalmaz.

**Gasztvital**