

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Tej-, szójamentes)

19. hét 2024.05.06. - 2024.05.12.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Erdei gyümölcs tea Olasz felvágott margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Rizs ital méz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Citromos tea Tonhalkrém (4;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paprika	Kakaós rizsital margarin vizes zsemle (1)	Erdei gyümölcs tea Sertés párizsi margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
EN:384 ZS:8,7 TZS:2,4 FH:12,2 SZH:62,1 CK:10,9 SO:0,5	EN:487 ZS:7,3 TZS:1,3 FH:10,6 SZH:94,2 CK:27,0 SO:0,2	EN:421 ZS:11,2 TZS:3,2 FH:14,5 SZH:63,0 CK:8,0 SO:0,3	EN:315 ZS:6,7 TZS:1,3 FH:5,3 SZH:57,5 CK:14,5 SO:0,2	EN:395 ZS:8,8 TZS:2,5 FH:12,8 SZH:63,9 CK:10,9 SO:0,5
Legényfogó leves (9;12) Darás metélt (1) Házi baracklekvár alma	Zellerleves (1;9) Sertés vagdalt (1;3) Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12)	Fahéjas almaleves (1) Sült csirkecomb Petrezselymes rizs Csemege uborka (10)	Zöldségleves (1;9;12) Sertés pörkölt Tökfőzelék (1) *	Kertész leves (1;3;9) Bácskai bulgur (csirke) (1) Mongol saláta (10)
EN:614 ZS:11,6 TZS:2,0 FH:24,0 SZH:101,1 CK:24,3 SO:2,1	EN:735 ZS:37,4 TZS:7,1 FH:22,9 SZH:71,2 CK:7,8 SO:4,5	EN:649 ZS:15,0 TZS:9,6 FH:49,7 SZH:77,5 CK:10,0 SO:2,6	EN:409 ZS:24,5 TZS:5,6 FH:16,5 SZH:30,3 CK:2,5 SO:2,4	EN:447 ZS:14,3 TZS:3,1 FH:24,2 SZH:53,9 CK:8,3 SO:1,8
Snidlinges margarin vizes kifli (1)	Házi sertés húskrém vizes zsemle (1) Kígyóuborka	Zöldfűszeres margarin vizes kifli (1)	Zalakrém (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paprika	Kapros margarin vizes kifli (1)
EN:193 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:4,4 SZH:28,2 CK:0,9 SO:0,0	EN:218 ZS:6,7 TZS:1,3 FH:8,5 SZH:29,9 CK:0,9 SO:0,1	EN:194 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:4,4 SZH:28,2 CK:0,9 SO:0,0	EN:353 ZS:7,4 TZS:2,3 FH:13,2 SZH:56,2 CK:1,0 SO:0,6	EN:193 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:4,4 SZH:28,2 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, pisztácia); 9 - Zeller;  
10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.

Gasztvital