

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

ÓVODA (2 Tojásmentes)

20. hét 2024.05.13. - 2024.05.19.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Forralt tej (7) Barack lekvár Vitaminos margarin 20%-os Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:286 ZS:5,9 TZS:0,7 FH:12,0 SZH:47,1 CK:18,3 SO:1,0</p>	<p>Gyümölcs tea (12) Csirkemellsonka KREL Vitaminos margarin 20%-os Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>EN:190 ZS:3,4 TZS:1,1 FH:6,6 SZH:32,4 CK:7,1 SO:1,3</p>	<p>Gyümölcs tea (12) Mátrai csemege szalámi Vitaminos margarin 20%-os Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:277 ZS:11,5 TZS:4,5 FH:8,8 SZH:34,4 CK:8,0 SO:1,0</p>	<p>Vaníliás tej (7) Vitaminos margarin 20%-os Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:287 ZS:9,2 TZS:0,6 FH:11,7 SZH:38,7 CK:10,7 SO:0,3</p>	<p>Gyümölcs tea (12) Gépsonka (6) Vitaminos margarin 20%-os Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1) Tv paprika</p> <p>EN:199 ZS:3,7 TZS:1,2 FH:7,1 SZH:33,2 CK:7,2 SO:1,3</p>
<p>Karfiolleves (1;12) Sztorganoff sertés tokány (1;7;10) Főtt tészta (1) Alma Bölcsőde-Óvoda</p> <p>EN:615 ZS:24,0 TZS:5,6 FH:25,3 SZH:71,3 CK:5,5 SO:1,7</p>	<p>Tavaszi zöldségleves (1;9) Burgonyafőzelék (1;7) Sült virsli</p> <p>EN:499 ZS:28,5 TZS:7,4 FH:15,6 SZH:40,9 CK:1,2 SO:2,2</p>	<p>Sertés gulyásleves Tojm (1;9;12) Főtt tészta (1) Mák szórat (5;6;8;11)</p> <p>EN:468 ZS:15,7 TZS:2,3 FH:15,4 SZH:64,3 CK:12,6 SO:1,5</p>	<p>Paradicsomleves (1) Zöldborsós csirkeragu (1) Párolt rizs</p> <p>EN:708 ZS:18,9 TZS:2,7 FH:25,4 SZH:108,1 CK:15,2 SO:0,7</p>	<p>Brokkoli krémleves (1;7) Párolt halfilé (4) Petrezselymes burgonya</p> <p>EN:430 ZS:18,4 TZS:3,9 FH:17,1 SZH:43,6 CK:1,1 SO:1,2</p>
<p>Lapka sajt (7) Vitaminos margarin 20%-os Burgonyás kenyér (1;6;12)</p> <p>EN:525 ZS:25,7 TZS:15,7 FH:32,9 SZH:39,6 CK:12,4 SO:4,6</p>	<p>Vajkrém, magyaros (7) Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:204 ZS:7,5 TZS:4,7 FH:5,7 SZH:28,4 CK:1,3 SO:0,5</p>	<p>Pritaminos szendvicsszendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:170 ZS:5,0 TZS:3,0 FH:4,3 SZH:26,0 CK:0,4 SO:0,9</p>	<p>Sertéspárizsi KREL Vitaminos margarin 20%-os Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1) Zöldhagyma</p> <p>EN:224 ZS:6,8 TZS:2,4 FH:7,8 SZH:26,4 CK:0,0 SO:1,2</p>	<p>Gyümölcsös ivójoghurt (7) Kifli 50g (1;7)</p> <p>EN:221 ZS:2,9 TZS:2,0 FH:6,9 SZH:39,2 CK:13,9 SO:0,8</p>

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:  
EN (számitott 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, szulfitek; 13 - Csillaafürt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital