

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Glutén-, tejmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Kigyóuborka

Kakaós rizsital
margarin
Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)

Citromos tea
Házi sertés húskrém
Abonett
Paprika

Rizs ital
Lekvár *
margarin
Abonett

Málna tea
magyaros margarinkrém
Gluténmentes kenyér
Kigyóuborka

EN:355 ZS:10,9 TZS:4,3 FH:7,6
SZH:54,6 CK:11,1 SO:1,9

EN:272 ZS:6,9 TZS:1,4 FH:2,6
SZH:49,2 CK:15,7 SO:0,2

EN:183 ZS:7,0 TZS:1,4 FH:6,7
SZH:22,2 CK:9,2 SO:0,2

EN:237 ZS:6,6 TZS:1,3 FH:3,0
SZH:40,4 CK:15,2 SO:0,3

EN:416 ZS:19,7 TZS:6,9 FH:4,0
SZH:53,6 CK:10,6 SO:1,7

Köménymag leves
Egyben szárnyasvagdalt
Zöldborsófőzelék

Becsínáltleves (9)
Darás metélt
Házi baracklekvár
alma

Zöldseges tarhonyaleves (9:12)
Sertés pörkölt
Paradicsomos káposzta

Kertész leves (9)
Sült csirkecomb
Rizs köret
Mongol saláta (10)

Almakrémleves
Pincepörkölt (sertés) (12)
Csemege uborka (10)

EN:576 ZS:14,9 TZS:2,5 FH:24,1
SZH:82,2 CK:9,6 SO:3,2

EN:667 ZS:10,8 TZS:1,6 FH:18,0
SZH:120,4 CK:28,1 SO:2,6

EN:510 ZS:24,7 TZS:6,1 FH:17,3
SZH:52,7 CK:15,3 SO:2,2

EN:655 ZS:19,5 TZS:10,8 FH:56,0
SZH:62,3 CK:3,0 SO:4,6

EN:471 ZS:10,7 TZS:1,9 FH:19,5
SZH:68,8 CK:15,7 SO:2,7

Cukkinikrém
Abonett

Tonhalkrém (4:10)
Gluténmentes kenyér

Sárgarépás margarin
Gluténmentes kenyér

Zala felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Jégsapretek

Padlizsánkrém (10)
Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:103 ZS:5,3 TZS:0,6 FH:3,0
SZH:10,1 CK:0,5 SO:0,9

EN:344 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7
SZH:43,5 CK:2,0 SO:1,6

EN:322 ZS:13,6 TZS:5,0 FH:3,2
SZH:44,9 CK:1,9 SO:1,4

EN:324 ZS:11,2 TZS:4,4 FH:8,1
SZH:46,0 CK:2,0 SO:2,0

EN:142 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:2,2
SZH:17,6 CK:0,2 SO:0,9

Az étlap változtatásainak jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számkód) 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 - Rákkétek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szérum; 12 - Kén-dioxid; szulfitek; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Glutén-, tojásmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Gyümölcs tea Soproni felvágott margarin Gluténmentes kenyér Kigyóborka</p>	<p>Kakaó (7) margarin Puffasztott rizs (ripsz+roposz)</p>	<p>Citromos tea Házi sertés húskrém Abonett Paprika</p>	<p>Tej zdl (7) lekvár * margarin Abonett</p>	<p>Málna tea Magyaros szendvicskrém (7) Gluténmentes kenyér Kigyóborka</p>
<p>EN:355 ZS:10,9 Tzs:4,3 FH:7,6 SZH:54,6 CK:11,1 SO:1,9</p> <p>Köménymag leves Egyben szárnyasvagdalt Zöldborsófőzelék (7)</p>	<p>EN:231 ZS:7,1 Tzs:1,0 FH:8,4 SZH:32,8 CK:17,2 SO:0,2</p> <p>Becsínáltleves (7:9) Darás metélt Házi baracklekvár alma</p>	<p>EN:183 ZS:7,0 Tzs:1,4 FH:6,7 SZH:22,2 CK:9,2 SO:0,2</p> <p>Zöldszéges tarhonyaleves (9:12) Sertés pörkölt Paradisomos káposzta</p>	<p>EN:199 ZS:7,0 Tzs:0,9 FH:8,8 SZH:24,4 CK:15,6 SO:0,3</p> <p>Kertész leves (9) Sült csirkecomb Rizs köret Mongol saláta (10)</p>	<p>EN:371 ZS:13,7 Tzs:8,8 FH:5,0 SZH:54,8 CK:11,8 SO:1,6</p> <p>Almákrémleves (7) Pincepörkölt (sertés) (12) Csemege uborka (10)</p>
<p>EN:588 ZS:16,4 Tzs:2,4 FH:27,3 SZH:79,5 CK:12,6 SO:3,3</p> <p>Cukkinikrém Abonett</p>	<p>EN:672 ZS:11,5 Tzs:2,1 FH:18,1 SZH:120,0 CK:28,0 SO:2,6</p> <p>Tonhalkrém (4:10) Gluténmentes kenyér</p>	<p>EN:510 ZS:24,7 Tzs:6,1 FH:17,3 SZH:52,7 CK:15,3 SO:2,2</p> <p>Natúr vajkrém (7) Gluténmentes kenyér</p>	<p>EN:655 ZS:19,5 Tzs:10,8 FH:56,0 SZH:62,3 CK:3,0 SO:4,6</p> <p>Zala felvágott margarin Gluténmentes kenyér Jégsapretek</p>	<p>EN:499 ZS:13,7 Tzs:4,0 FH:20,3 SZH:68,3 CK:16,2 SO:2,7</p> <p>Padlizsánkrém (10) Puffasztott rizs (ripsz+roposz)</p>
<p>EN:103 ZS:5,3 Tzs:0,6 FH:3,0 SZH:10,1 CK:0,5 SO:0,9</p>	<p>EN:344 ZS:14,7 Tzs:5,3 FH:7,7 SZH:43,5 CK:2,0 SO:1,6</p>	<p>EN:241 ZS:5,1 Tzs:3,5 FH:3,2 SZH:43,8 CK:2,1 SO:1,4</p>	<p>EN:324 ZS:11,2 Tzs:4,4 FH:8,1 SZH:46,0 CK:2,0 SO:2,0</p>	<p>EN:142 ZS:6,6 Tzs:2,0 FH:2,2 SZH:17,6 CK:0,2 SO:0,9</p>

Az étlap vilátoztatásának 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 - Ken-dioxid; szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek * - édesítőszer tartalmaz.



ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Gluténmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Kigyóuborka

Kakaó (7)
margarin
Puffasztott rizs (ripsz-roposz)

Citromos tea
Házi sertés húskrém
Abonett
Paprika

Tej 2dl (7)
lekvár *
margarin
Abonett

Málna tea
Magyaros szendvicskrém (7)
Gluténmentes kenyér
Kigyóuborka

EN:355 ZS:10,9 TZS:4,3 FH:7,6
SZH:54,6 CK:11,1 SO:1,9

EN:231 ZS:7,1 TZS:1,0 FH:8,4
SZH:32,8 CK:17,2 SO:0,2

EN:183 ZS:7,0 TZS:1,4 FH:6,7
SZH:22,2 CK:9,2 SO:0,2

EN:199 ZS:7,0 TZS:0,9 FH:8,8
SZH:24,4 CK:15,6 SO:0,3

EN:371 ZS:13,7 TZS:8,8 FH:5,0
SZH:54,8 CK:11,8 SO:1,6

Köménymag leves
Egyben szárnyasvagdalt
Zöldborsófőzelék (7)

Becsináltleves (7,9)
Darás metélt
Házi baracklekvár
alma

Zöldszéges tarhonyaleves (9,12)
Sertés pörkölt
Paradisomos káposzta

Kertész leves (9)
Sült csirkecomb
Rizs köret
Mongol saláta (10)

Almakrémleves (7)
Pincepörkölt (sertés) (12)
Csemege uborka (10)

EN:588 ZS:16,4 TZS:2,4 FH:27,3
SZH:79,5 CK:12,6 SO:3,3

EN:672 ZS:11,5 TZS:2,1 FH:18,1
SZH:120,0 CK:28,0 SO:2,6

EN:510 ZS:24,7 TZS:6,1 FH:17,3
SZH:52,7 CK:15,3 SO:2,2

EN:655 ZS:19,5 TZS:10,8 FH:56,0
SZH:62,3 CK:3,0 SO:4,6

EN:499 ZS:13,7 TZS:4,0 FH:20,3
SZH:68,3 CK:16,2 SO:2,7

Cukkinikrém
Abonett

Tonhalkrém (4,10)
Gluténmentes kenyér

Natúr vajkrém (7)
Gluténmentes kenyér

Zala felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Jégscapretek

Padlizsánkrem (10)
Puffasztott rizs (ripsz-roposz)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:103 ZS:5,3 TZS:0,6 FH:3,0
SZH:10,1 CK:0,5 SO:0,9

EN:344 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7
SZH:43,5 CK:2,0 SO:1,6

EN:241 ZS:5,1 TZS:3,5 FH:3,2
SZH:43,8 CK:2,1 SO:1,4

EN:324 ZS:11,2 TZS:4,4 FH:8,1
SZH:46,0 CK:2,0 SO:2,0

EN:142 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:2,2
SZH:17,6 CK:0,2 SO:0,9

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 - Rákkeltők; 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 - Csillagfű; 14 - Pihóestélyek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Olajosmagmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Kígyóborka

Kedd

Kakaó (7)
margarin
Puffasztott rizs (ripisz-ropisz)

Szerda

Citromos tea
Házi sertés húskrém
Abonett
Paprika

Csütörtök

Tej 2dl (7)
lekvár *
margarin
Abonett

Péntek

Málna tea
Magyaros szendvicskrém (7)
Gluténmentes kenyér
Kígyóborka

Tízórai

EN:355 ZS:10,9 TZS:4,3 FH:7,6
SZH:54,6 CK:11,1 SO:1,9

Köménymag leves
Egyben szárnyasvagdalt
Zöldborsófőzelék (7)

EN:231 ZS:7,1 TZS:1,0 FH:8,4
SZH:32,8 CK:17,2 SO:0,2

Becsináltleves (7;9)
Darás metélt
Házi baracklekvár
álmá

EN:183 ZS:7,0 TZS:1,4 FH:6,7
SZH:22,2 CK:9,2 SO:0,2

Zöldeseges tarhonyaleves (9;12)
Sertés pörkölt
Paradicsomos káposzta

EN:199 ZS:7,0 TZS:0,9 FH:8,8
SZH:24,4 CK:15,6 SO:0,3

Kertész leves (9)
Sült csirkecomb
Rizs köret
Mongol saláta (10)

EN:371 ZS:13,7 TZS:8,8 FH:5,0
SZH:54,8 CK:11,8 SO:1,6

Almákrémleves (7)
Pincepörkölt (sertés) (12)
Csemege uborka (10)

Ebéd

EN:588 ZS:16,4 TZS:2,4 FH:27,3
SZH:79,5 CK:12,6 SO:3,3

Cukkinikrém
Abonett

EN:672 ZS:11,5 TZS:2,1 FH:18,1
SZH:120,0 CK:28,0 SO:2,6

Tonhalkrém (4;10)
Gluténmentes kenyér

EN:510 ZS:24,7 TZS:6,1 FH:17,3
SZH:52,7 CK:15,3 SO:2,2

Natúr vajkrém (7)
Gluténmentes kenyér

EN:655 ZS:19,5 TZS:10,8 FH:56,0
SZH:62,3 CK:3,0 SO:4,6

Zala felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Jégcsapretek

EN:499 ZS:13,7 TZS:4,0 FH:20,3
SZH:68,3 CK:16,2 SO:2,7

Padlizsánkrém (10)
Puffasztott rizs (ripisz-ropisz)

Uzsonna

EN:103 ZS:5,3 TZS:0,6 FH:3,0
SZH:10,1 CK:0,5 SO:0,9

EN:344 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7
SZH:43,5 CK:2,0 SO:1,6

EN:241 ZS:5,1 TZS:3,5 FH:3,2
SZH:43,8 CK:2,1 SO:1,4

EN:324 ZS:11,2 TZS:4,4 FH:8,1
SZH:46,0 CK:2,0 SO:2,0

EN:142 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:2,2
SZH:17,6 CK:0,2 SO:0,9

Az étlap vilátoztatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztonsága érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított 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 - Rádfélék; 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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítéssert tartalmaz.



ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Glutén-, tej-, tojásmentes)

15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcs tea Soproni felvágott margarin Gluténmentes kenyér Kigyóuborka	Kakaós rizsital margarin Puffasztott rizs (ripsz-roposz)	Citromos tea Házi sertés húskrém Abonett Paprika	Rizs ital lekvár * margarin Abonett	Málna tea magyaros margarinkrém Gluténmentes kenyér Kigyóuborka
EN:355 ZS:10,9 TZS:4,3 FH:7,6 SZH:54,6 CK:11,1 SO:1,9	EN:272 ZS:6,9 TZS:1,4 FH:2,6 SZH:49,2 CK:15,7 SO:0,2	EN:183 ZS:7,0 TZS:1,4 FH:6,7 SZH:22,2 CK:9,2 SO:0,2	EN:237 ZS:6,6 TZS:1,3 FH:3,0 SZH:40,4 CK:15,2 SO:0,3	EN:416 ZS:19,7 TZS:6,9 FH:4,0 SZH:53,6 CK:10,6 SO:1,7
Köménymag leves Egyben szárnyasvagdalt Zöldborsófőzelék	Becsináltleves (9) Darás metélt Házi baracklekvár alma	Zöldéges tarhonyaleves (9;12) Sertés pörkölt Paradicsomos káposzta	Kertész leves (9) Sült csirkecomb Rizs köret Mongol saláta (10)	Almákrémleves Pincepörkölt (sertés) (12) Csemege uborka (10)
EN:576 ZS:14,9 TZS:2,5 FH:24,1 SZH:82,2 CK:9,6 SO:3,2	EN:667 ZS:10,8 TZS:1,6 FH:18,0 SZH:120,4 CK:28,1 SO:2,6	EN:510 ZS:24,7 TZS:6,1 FH:17,3 SZH:52,7 CK:15,3 SO:2,2	EN:655 ZS:19,5 TZS:10,8 FH:56,0 SZH:62,3 CK:3,0 SO:4,6	EN:471 ZS:10,7 TZS:1,9 FH:19,5 SZH:68,8 CK:15,7 SO:2,7
Cukkinikrém Abonett	Tonhalkrém (4;10) Gluténmentes kenyér	Sárgarépás margarín Gluténmentes kenyér	Zala felvágott margarin Gluténmentes kenyér Jégcsapretek	Padlizsánkrém (10) Puffasztott rizs (ripsz-roposz)
EN:103 ZS:5,3 TZS:0,6 FH:3,0 SZH:10,1 CK:0,5 SO:0,9	EN:344 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7 SZH:43,5 CK:2,0 SO:1,6	EN:322 ZS:13,6 TZS:5,0 FH:3,2 SZH:44,9 CK:1,9 SO:1,4	EN:324 ZS:11,2 TZS:4,4 FH:8,1 SZH:46,0 CK:2,0 SO:2,0	EN:142 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:2,2 SZH:17,6 CK:0,2 SO:0,9

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztonsága érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számkelt energiája, kcal/adag), ZS (zsír, g/adag), TZS (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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítéssert tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (Tej-, szójamentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
margarin
vizes zsemle (1)
Kígyóuborcka

Kakaós rizsital
margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Citromos tea
Házi sertés húskrém
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Paprika

Rizs ital
lekvár *
margarin
vizes kifli (1)

Málna tea
magyaros margarinkrém
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóuborcka

EN:288 ZS:9,9 TZS:3,2 FH:9,0
SZH:39,6 CK:10,0 SO:0,7

EN:461 ZS:7,6 TZS:1,4 FH:10,8
SZH:85,2 CK:16,5 SO:0,2

EN:356 ZS:3,2 TZS:0,5 FH:14,2
SZH:64,8 CK:9,9 SO:0,1

EN:325 ZS:6,7 TZS:1,2 FH:5,2
SZH:59,6 CK:15,8 SO:0,2

EN:474 ZS:19,3 TZS:5,8 FH:10,8
SZH:62,1 CK:9,7 SO:0,4

Köménymag leves (1)
Egyben szárnyas vagdalt (1;3;6)
Zöldborsófőzelék (1)

Csirke becsináltleves (1)
Darás metélt (1)
Házi baracklekvár
alma

Zöldszéges tarhonyaleves (1)
Sertés pörkölt
Paradicsomos káposzta (1)

Kertész leves (1;3;9)
Sült csirkecomb
Rizs köret
Mongol saláta (10)

Almákrémleves (1)
Pincepörkölt (sertés) (12)
Csemege uborcka (10)

EN:511 ZS:18,1 TZS:2,7 FH:26,1
SZH:56,7 CK:7,3 SO:2,9

EN:666 ZS:11,1 TZS:2,1 FH:24,5
SZH:114,4 CK:30,2 SO:2,4

EN:467 ZS:24,8 TZS:6,2 FH:18,6
SZH:41,4 CK:10,4 SO:2,0

EN:677 ZS:19,8 TZS:10,9 FH:56,8
SZH:66,1 CK:3,0 SO:4,5

EN:476 ZS:10,7 TZS:1,9 FH:19,9
SZH:69,4 CK:15,6 SO:2,7

Cukkinikrém
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Tonhalkrém (4;10)
vizes zsemle (1)

Sárgaréppás margarin
vizes zsemle (1)

Zala felvágott
margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Jégcsapretek

Padlizsánkrém (10)
vizes kifli (1)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:316 ZS:5,9 TZS:0,7 FH:10,6
SZH:52,8 CK:1,3 SO:0,8

EN:277 ZS:13,7 TZS:4,1 FH:9,1
SZH:28,4 CK:0,9 SO:0,3

EN:255 ZS:12,6 TZS:3,8 FH:4,6
SZH:29,8 CK:0,8 SO:0,1

EN:383 ZS:10,8 TZS:3,3 FH:14,9
SZH:54,5 CK:1,1 SO:0,7

EN:206 ZS:6,8 TZS:1,9 FH:4,9
SZH:30,2 CK:0,9 SO:0,9

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés megnevezése:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (tejtett zsírvaj; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkeltők; 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 - Csillogóanyagok; 14 - Puhítószer; * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (15 Sertésmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea

Vitaminos margarin 20%-os

Csirkemellsonka KREL

Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaó (7)

Vitaminos margarin 20%-os

Foszlós kalács (1,3;6;7;8;11;13)

Gyümölcs tea (12)

Csirkemellsonka KREL

Vitaminos margarin 20%-os

Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)

Kigyóuborka

Forrált tej (7)

Barack lekvár

Vitaminos margarin 20%-os

Vizes zsemle (1)

Citromos tea

Lapka sajt (7)

Vitaminos margarin 20%-os

Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)

Hónapos retek

EN:234 ZS:4,0 TZS:1,3 FH:8,9 SZH:39,6 CK:9,1 SO:1,6

EN:333 ZS:9,9 TZS:2,7 FH:12,0 SZH:50,4 CK:24,1 SO:0,7

EN:227 ZS:4,3 TZS:1,1 FH:10,2 SZH:37,5 CK:8,7 SO:1,4

EN:327 ZS:9,2 TZS:0,6 FH:11,7 SZH:48,0 CK:20,2 SO:0,3

EN:240 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:8,9 SZH:38,9 CK:11,1 SO:1,2

Tojásleves (1;3)

Parajfőzelék (1;7)

Fasírt golyó (1;6)

félbarna kenyér (ebédhez) (1)

Csirke becsináltleves (1;9;12)

Főtt tészta (1)

Mák szórát (5;6;8;11)

Daragaluska leves (1;3;9)

Pincepörkölt (csirke) (12)

teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)

Lebbencs leves (1)

Bakonyi csirkeragu (1;7)

Párolt rizs

Brokkoli krémleves (1;7)

Levesgyöngy (1;3;7)

Sült csirkecomb filé

Petrezselymes burgonya

EN:662 ZS:45,7 TZS:7,3 FH:19,8 SZH:39,7 CK:4,7 SO:2,7

EN:560 ZS:17,6 TZS:2,5 FH:19,5 SZH:78,4 CK:18,1 SO:1,3

EN:514 ZS:13,9 TZS:2,4 FH:24,0 SZH:67,0 CK:0,3 SO:1,4

EN:676 ZS:30,0 TZS:7,9 FH:24,5 SZH:75,3 CK:1,1 SO:1,8

EN:526 ZS:23,2 TZS:6,2 FH:24,4 SZH:48,6 CK:1,8 SO:1,9

Vajkrém, natúr (7)

Vizes zsemle (1)

Tv paprika

Házi szárnyas húskrém (7)

Vizes zsemle (1)

Kockasajt, natúr (7)

Kifli 50g (1;7)

Tonhalkrém (4;6;7;10)

Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Zöldhagyma

Kakaós csiga (1;3;6;11;13)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:247 ZS:11,3 TZS:4,6 FH:6,0 SZH:29,1 CK:0,5 SO:0,2

EN:229 ZS:8,1 TZS:1,7 FH:11,3 SZH:26,7 CK:0,0 SO:0,6

EN:195 ZS:6,0 TZS:4,0 FH:7,0 SZH:27,3 CK:0,2 SO:1,2

EN:283 ZS:9,3 TZS:4,4 FH:11,3 SZH:32,0 CK:0,4 SO:1,5

EN:199 ZS:8,6 TZS:4,0 FH:3,8 SZH:31,5 CK:11,5 SO:0,2

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztonság érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított energia); kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SO (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rádfélék; 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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (5 Tej-,tojásmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea
BEBO margarin 35% (mini)
Tavaszi felvágott KREL
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaós rizsital
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Gyümölcs tea (12)
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Kígyóuborka

Rizs ital
Barack lekvár
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Citromos tea
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Hónapos retek

EN:298 ZS:11,3 TZS:4,0 FH:8,0
SZH:40,0 CK:9,2 SO:1,6

EN:340 ZS:10,2 TZS:1,3 FH:5,9
SZH:36,7 CK:19,0 SO:0,2

EN:240 ZS:5,8 TZS:1,3 FH:10,2
SZH:37,5 CK:8,7 SO:1,4

EN:379 ZS:10,4 TZS:1,2 FH:5,9
SZH:64,0 CK:19,8 SO:0,2

EN:241 ZS:5,8 TZS:1,3 FH:9,9
SZH:38,0 CK:9,7 SO:1,4

Rántott leves (1)
Parajfőzelék (1)
Fasírt golyó (1;6)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)
Levesbetét tészta (1)

Csirke becsináltleves (1;9;12)
Főtt tészta (1)
Mák szórát (5;6;8;11)

Zöldszégleves (1;9)
Pincepörkölt (sertés) (12)
teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)

Lebbencs leves (1)
Bakonyi csirkeraгу (1)
Párolt rizs

Brokkoli krémleves (1)
Levesbetét tészta (1)
Sült csirkecomб filé
Petrezselymes burgonya

EN:697 ZS:45,3 TZS:7,2 FH:17,6
SZH:45,1 CK:5,6 SO:3,3

EN:560 ZS:17,6 TZS:2,5 FH:19,5
SZH:78,4 CK:18,1 SO:1,3

EN:553 ZS:18,5 TZS:7,8 FH:26,6
SZH:64,3 CK:0,7 SO:1,6

EN:615 ZS:23,4 TZS:4,3 FH:22,9
SZH:76,7 CK:1,5 SO:1,9

EN:463 ZS:15,7 TZS:2,4 FH:23,9
SZH:48,2 CK:2,5 SO:2,1

BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)
Tv paprika

Házi húskrém
Vizes zsemle (1)

Mátrai diákcsemege
Vizes zsemle (1)

Tonhalkrém (4;6;10)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Zöldhagyma

Méz
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:209 ZS:7,8 TZS:0,8 FH:5,5
SZH:27,9 CK: SO:

EN:254 ZS:10,7 TZS:4,0 FH:11,4
SZH:26,8 CK: SO:0,6

EN:339 ZS:20,4 TZS:6,6 FH:10,5
SZH:27,5 CK:0,1 SO:1,2

EN:335 ZS:15,6 TZS:4,4 FH:11,2
SZH:31,0 CK:0,1 SO:1,2

EN:215 ZS:7,8 TZS:0,8 FH:5,1
SZH:30,6 CK:4,1 SO:

Az étlap vilkoztatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tópanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított 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 - Rádfélék; 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 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek. * - édesítésszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (4)
15. hét 2024.04.08. -

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Citromos tea
BEBO margarin 35% (mini)
Tavaszi felvágott KREL
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaós rizsital
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Gyümölcs tea (12)
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)
Kgyőúborka

Rizs ital
Barack lekvár
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Ci
Csirke
BEBO ma
Teljes kí
Hó

EN:298 ZS:11,3 TZS:4,0 FH:8,0
SZH:40,0 CK:9,2 SO:1,6

EN:340 ZS:10,2 TZS:1,3 FH:5,9
SZH:36,7 CK:19,0 SO:0,2

EN:240 ZS:5,8 TZS:1,3 FH:10,2
SZH:37,5 CK:8,7 SO:1,4

EN:379 ZS:10,4 TZS:1,2 FH:5,9
SZH:64,0 CK:19,8 SO:0,2

EN:241 ZS:5
SZH:

Tojásleves (1;3)
Parajfőzelék (1)
Fasírt golyó (1;6)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)

Csirke becsináltleves (1;9;12)
Főtt tészta (1)
Mák szórát (5;6;8;11)

Daragaluska leves (1;3;9)
Pincepörkölt (sertés) (12)
teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez)
(1)

Lebbencs leves (1)
Bakonyi csirkeragu (1)
Párolt rizs

Brokk
Levesl
Sült c
Petrezs

EN:666 ZS:45,3 TZS:7,4 FH:17,7
SZH:37,3 CK:5,4 SO:2,7

EN:560 ZS:17,6 TZS:2,5 FH:19,5
SZH:78,4 CK:18,1 SO:1,3

EN:581 ZS:18,8 TZS:8,2 FH:29,4
SZH:67,2 CK:0,3 SO:1,3

EN:615 ZS:23,4 TZS:4,3 FH:22,9
SZH:76,7 CK:1,5 SO:1,9

EN:463 ZS:1
SZH:

BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)
Tv paprika

Házi húskrém
Vizes zsemle (1)

Mátrai diákcsemege
Vizes zsemle (1)

Tonhalkrém (4;6;10)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Zöldhagyma

Kakaós c

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:209 ZS:7,8 TZS:0,8 FH:5,5
SZH:27,9 CK: SO:

EN:254 ZS:10,7 TZS:4,0 FH:11,4
SZH:26,8 CK: SO:0,6

EN:339 ZS:20,4 TZS:6,6 FH:10,5
SZH:27,5 CK:0,1 SO:1,2

EN:335 ZS:15,6 TZS:4,4 FH:11,2
SZH:31,0 CK:0,1 SO:1,2

EN:199 ZS:8,
SZH:

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés megváltozása:
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 - Ráktétel; 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 - Csillagfűt; 14 - Puhatestiek. * - édesítőszeret tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (2 Tojásmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea
Vitaminos margarin 20%-os
Tavaszi felvágott KREL
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaó (7)
Vitaminos margarin 20%-os
Vizes zsemle (1)

Gyümölcs tea (12)
Csirkemellsonka KREL
Vitaminos margarin 20%-os
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Kígyóuborka

Forralt tej (7)
Barrack lekvár
Vitaminos margarin 20%-os
Vizes zsemle (1)

Citromos tea
Lapka sajt (7)
Vitaminos margarin 20%-os
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Hónapos retek

EN:284 ZS:9,8 TZS:3,8 FH:8,0
SZH:40,0 CK:9,2 SO:1,6

EN:323 ZS:9,7 TZS:0,9 FH:12,1
SZH:45,7 CK:19,0 SO:0,3

EN:227 ZS:4,3 TZS:1,1 FH:10,2
SZH:37,5 CK:8,7 SO:1,4

EN:327 ZS:9,2 TZS:0,6 FH:11,7
SZH:48,0 CK:20,2 SO:0,3

EN:240 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:8,9
SZH:38,9 CK:11,1 SO:1,2

Rántott leves (1)
Parajfőzelék (1,7)
Fasírt golyó (1,6)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)
Levesbetét tészta (1)

Csirke becsináltleves (1,9;12)
Főtt tészta (1)
Mák szórát (5;6;8;11)

Zöldségleves (1,9)
Pincepörkölt (sertés) (12)
teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)

Lebbencs leves (1)
Bakonyi csirkeragu (1,7)
Párolt rizs

Brokkoli krémleves (1,7)
Levesbetét tészta (1)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya

EN:692 ZS:45,6 TZS:7,1 FH:19,7
SZH:47,5 CK:4,9 SO:3,3

EN:560 ZS:17,6 TZS:2,5 FH:19,5
SZH:78,4 CK:18,1 SO:1,3

EN:553 ZS:18,5 TZS:7,8 FH:26,6
SZH:64,3 CK:0,7 SO:1,6

EN:676 ZS:30,0 TZS:7,9 FH:24,5
SZH:75,3 CK:1,1 SO:1,8

EN:501 ZS:20,5 TZS:4,9 FH:24,5
SZH:48,4 CK:1,5 SO:2,1

Vajkrém, natúr (7)
Vizes zsemle (1)
Tv paprika

Házi húskrém (7)
Vizes zsemle (1)

Kockasajt, natúr (7)
Kifli 50g (1,7)

Tonhalkrém (4;6;7;10)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Zöldhagyma

Méz
Vitaminos margarin 20%-os
Vizes zsemle (1)

EN:247 ZS:11,3 TZS:4,6 FH:6,0
SZH:29,1 CK:0,5 SO:0,2

EN:254 ZS:10,7 TZS:4,0 FH:11,4
SZH:26,8 CK:0,0 SO:0,6

EN:195 ZS:6,0 TZS:4,0 FH:7,0
SZH:27,3 CK:0,2 SO:1,2

EN:283 ZS:9,3 TZS:4,4 FH:11,3
SZH:32,0 CK:0,4 SO:1,5

EN:202 ZS:6,2 TZS:0,6 FH:5,1
SZH:30,6 CK:4,1 SO:0,1

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított 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 - Rákkeltők; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójaabab; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA FELSŐ (5 Tej-,tojásmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea
BEBO margarin 35% (mini)
Tavaszi felvágott KREL
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaós rizsital
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Gyümölcs tea (12)
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Kígyóborka

Rizs ital
Barack lekvár
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Citromos tea
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Hónapos retek

EN:350 ZS:13,8 TZS:5,1 FH:9,9
SZH:45,3 CK:9,3 SO:1,9

EN:509 ZS:14,4 TZS:1,3 FH:11,0
SZH:63,2 CK:19,0 SO:0,2

EN:391 ZS:7,2 TZS:1,5 FH:17,0
SZH:66,0 CK:9,4 SO:2,3

EN:547 ZS:14,6 TZS:1,2 FH:11,0
SZH:90,5 CK:19,8 SO:0,2

EN:391 ZS:7,2 TZS:1,5 FH:16,7
SZH:66,5 CK:10,4 SO:2,3

Rántott leves (1)
Parajfőzelék (1)
Fasírt golyó (1,6)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)
Levesbetét tészta (1)

Csirke becsináltleves (1,9;12)
Főtt tészta (1)
Mák szórat (5;6;8;11)

Zöldégleves (1,9)
Pincepörkölt (sertés) (12)
teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez)
(1)

Lebbencs leves (1)
Bakonyi csirkeragu (1)
Párolt rizs

Brokkoli krémleves (1)
Levesbetét tészta (1)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya

EN:719 ZS:46,3 TZS:7,3 FH:18,3
SZH:47,5 CK:5,7 SO:3,5

EN:595 ZS:17,7 TZS:2,6 FH:20,7
SZH:85,6 CK:18,5 SO:1,4

EN:570 ZS:19,3 TZS:8,5 FH:28,7
SZH:64,4 CK:0,7 SO:1,7

EN:711 ZS:24,7 TZS:4,6 FH:27,0
SZH:93,5 CK:1,6 SO:2,0

EN:504 ZS:16,6 TZS:2,6 FH:26,6
SZH:53,3 CK:2,6 SO:2,4

BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)
TV paprika

Házi húskrém
Vizes zsemle (1)

Mátrai diáksemege
Vizes zsemle (1)

Tonhalkrém (4,6;10)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Zöldhagyma

Méz
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

EN:378 ZS:12,0 TZS:0,8 FH:10,6
SZH:54,3 CK: SO:

EN:439 ZS:15,7 TZS:4,7 FH:18,6
SZH:53,3 CK: SO:0,6

EN:507 ZS:24,7 TZS:6,6 FH:15,6
SZH:54,0 CK:0,1 SO:1,2

EN:360 ZS:15,7 TZS:4,4 FH:11,9
SZH:36,0 CK:0,1 SO:1,4

EN:399 ZS:12,0 TZS:0,8 FH:10,2
SZH:61,1 CK:8,2 SO:

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztonsága érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés megváltozása:
EN (számlított 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 - Rákkelték; 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 - Csiládfűt; 14 - Puhatestűk. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA FELSŐ (4 Tejmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea
BEBO margarin 35% (mini)
Tavaszi felvágott KREL
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaós rizsital
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Gyümölcs tea (12)
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)
Kigyóuborka

Rizs ital
Barack lekvár
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Citromos tea
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)
Hónapos retek

EN:350 ZS:13,8 TZS:5,1 FH:9,9
SZH:45,3 CK:9,3 SO:1,9

EN:509 ZS:14,4 TZS:1,3 FH:11,0
SZH:63,2 CK:19,0 SO:0,2

EN:391 ZS:7,2 TZS:1,5 FH:17,0
SZH:66,0 CK:9,4 SO:2,3

EN:547 ZS:14,6 TZS:1,2 FH:11,0
SZH:90,5 CK:19,8 SO:0,2

EN:391 ZS:7,2 TZS:1,5 FH:16,7
SZH:66,5 CK:10,4 SO:2,3

Tojásleves (1;3)
Parajfőzelék (1)
Fasírt golyvó (1;6)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)

Csirke becsináltleves (1;9;12)
Főtt tészta (1)
Mák szórat (5;6;8;11)

Daragaluska leves (1;3;9)
Pincepörkölt (sertés) (12)
teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez)
(1)

Lebbencs leves (1)
Bakonyi csirkeragu (1)
Párolt rizs

Brokkoli krémleves (1)
Levesbetét tészta (1)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya

EN:680 ZS:45,4 TZS:7,4 FH:18,3
SZH:39,7 CK:5,4 SO:2,8

EN:595 ZS:17,7 TZS:2,6 FH:20,7
SZH:85,6 CK:18,5 SO:1,4

EN:611 ZS:20,2 TZS:9,1 FH:33,4
SZH:67,2 CK:0,3 SO:1,4

EN:711 ZS:24,7 TZS:4,6 FH:27,0
SZH:93,5 CK:1,6 SO:2,0

EN:504 ZS:16,6 TZS:2,6 FH:26,6
SZH:53,3 CK:2,6 SO:2,4

BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)
TV paprika

Házi húskrém
Vizes zsemle (1)

Mátrai diákcsemege
Vizes zsemle (1)

Tonhalkrém (4;6;10)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Zöldhagyma

Kakaós csiga (1;3;6;11;13)

EN:378 ZS:12,0 TZS:0,8 FH:10,6
SZH:54,3 CK: SO:

EN:439 ZS:15,7 TZS:4,7 FH:18,6
SZH:53,3 CK: SO:0,6

EN:507 ZS:24,7 TZS:6,6 FH:15,6
SZH:54,0 CK:0,1 SO:1,2

EN:360 ZS:15,7 TZS:4,4 FH:11,9
SZH:36,0 CK:0,1 SO:1,4

EN:199 ZS:8,6 TZS:4,0 FH:3,8
SZH:31,5 CK:11,5 SO:0,2

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap vilátoztetésának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított 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 (sól; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rádkjék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földmogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid; szulfitek; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA FELSŐ (15 Sertésmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea

Vitaminos margarin 20%-os

Csirkemellsonka KREL

Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakao (7)

Vitaminos margarin 20%-os

Foszlós kalács (1,3;6;7;8;11;13)

Gyümölcs tea (12)

Csirkemellsonka KREL

Vitaminos margarin 20%-os

Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)

Kígyóuborka

Forrált tej (7)

Barack lekvár

Vitaminos margarin 20%-os

Vizes zsemle (1)

Citromos tea

Lapka sajt (7)

Vitaminos margarin 20%-os

Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)

Hónapos rettek

EN:287 ZS:6,5 TZS:2,0 FH:11,1 SZH:44,8 CK:9,2 SO:2,1

EN:385 ZS:12,6 TZS:3,6 FH:12,9 SZH:46,6 CK:15,9 SO:0,8

EN:395 ZS:7,7 TZS:1,9 FH:17,0 SZH:66,0 CK:9,4 SO:2,4

EN:514 ZS:15,5 TZS:1,2 FH:16,8 SZH:74,5 CK:20,2 SO:0,3

EN:398 ZS:8,7 TZS:3,2 FH:14,3 SZH:67,2 CK:11,7 SO:2,0

Tojásleves (1;3)
Parajfőzelék (1;7)
Fasírt golyó (1;6)
Félbarna kenyér (ebédhez) (1)

Csirke becsináltleves (1;9;12)
Főtt tészta (1)
Mák szórat (5;6;8;11)

Daragaluska leves (1;3;9)
Pincepörkölt (csirke) (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)

Lebbencs leves (1)
Bakonyi csirkeragu (1;7)
Párolt rizs

Brokkoli krémleves (1;7)
Levesgyöngy (1;3;7)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya

EN:676 ZS:45,7 TZS:7,4 FH:20,5 SZH:42,1 CK:4,7 SO:2,8

EN:595 ZS:17,7 TZS:2,6 FH:20,7 SZH:85,6 CK:18,5 SO:1,4

EN:570 ZS:14,9 TZS:2,8 FH:28,7 SZH:72,8 CK:0,3 SO:1,5

EN:757 ZS:30,5 TZS:8,0 FH:28,3 SZH:90,8 CK:1,1 SO:2,0

EN:560 ZS:24,0 TZS:6,4 FH:26,9 SZH:52,3 CK:1,8 SO:2,2

Vajkrém, natúr (7)
Vizes zsemle (1)
Tv paprika

Házi szárnvas húskrém (7)
Vizes zsemle (1)

Kockasajt, natúr (7)
Kifli 50g (1;7)

Tonhalkrém (4;6;7;10)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Zöldhagyma

Kakao csiga (1;3;6;11;13)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:416 ZS:15,5 TZS:4,6 FH:11,1 SZH:55,5 CK:0,5 SO:0,2

EN:409 ZS:12,7 TZS:1,8 FH:18,5 SZH:53,1 CK:0,0 SO:0,6

EN:320 ZS:6,4 TZS:4,2 FH:10,8 SZH:52,8 CK:0,3 SO:1,9

EN:325 ZS:10,9 TZS:5,2 FH:12,8 SZH:37,1 CK:0,5 SO:1,7

EN:199 ZS:8,6 TZS:4,0 FH:3,8 SZH:31,5 CK:11,5 SO:0,2

Az étlap vilkoztatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított 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 - Rákkftélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szexámmar; 12 - Kén-dioxid; szfttek; 13 - Csllatár; 14 - Puhastétek. * - édesítésszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA FELSŐ (Gluténmentes)

15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Kígyóuborka

Kakao (7)
margarin
Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)

Citromos tea
Házi sertés húskrém
Abonett
Paprika

Tej 2dl (7)
lekvár *
margarin
Abonett

Málna tea
Magyaros szendvicskrém (7)
Gluténmentes kenyér
Kígyóuborka

EN:360 ZS:10,9 TZS:4,3 FH:7,6
SZH:55,9 CK:12,3 SO:1,9

EN:231 ZS:7,1 TZS:1,0 FH:8,4
SZH:32,8 CK:17,2 SO:0,2

EN:192 ZS:7,2 TZS:1,5 FH:7,2
SZH:33,2 CK:10,2 SO:0,2

EN:199 ZS:7,0 TZS:0,9 FH:8,8
SZH:24,4 CK:15,6 SO:0,3

EN:376 ZS:13,7 TZS:8,8 FH:5,0
SZH:56,1 CK:13,0 SO:1,6

Köménymag leves
Egyben szárnyasvagdalt
Zöldborsófőzelék (7)

Becsínáltleves (7;9)
Darás metélt
Házi baracklekvár
alma

Zöldszéges tarhonyaleves (9;12)
Sertés pörkölt
Paradicsomos káposzta

Kertész leves (9)
Sült csirkecomb
Rizs köret
Mongol saláta (10)

Almákrémleves (7)
Pincepörkölt (sertés) (12)
Csemege uborka (10)

EN:677 ZS:18,3 TZS:2,6 FH:29,8
SZH:94,4 CK:14,3 SO:3,8

EN:766 ZS:13,2 TZS:2,5 FH:20,6
SZH:136,8 CK:33,0 SO:2,9

EN:585 ZS:28,9 TZS:7,2 FH:20,3
SZH:58,9 CK:16,5 SO:2,5

EN:678 ZS:21,2 TZS:11,0 FH:56,6
SZH:63,5 CK:3,4 SO:4,9

EN:562 ZS:14,4 TZS:4,2 FH:23,5
SZH:78,3 CK:18,5 SO:3,1

Cukkinikrém
Abonett

Tonhalkrém (4;10)
Gluténmentes kenyér

Natúr vajkrém (7)
Gluténmentes kenyér

Zala felvágott
margarin
Gluténmentes kenyér
Jégcsaprettek

Padlizsánkrém (10)
Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:103 ZS:5,3 TZS:0,6 FH:3,0
SZH:10,1 CK:0,5 SO:0,9

EN:344 ZS:14,7 TZS:5,3 FH:7,7
SZH:43,5 CK:2,0 SO:1,6

EN:241 ZS:5,1 TZS:3,5 FH:3,2
SZH:43,8 CK:2,1 SO:1,4

EN:324 ZS:11,2 TZS:4,4 FH:8,1
SZH:46,0 CK:2,0 SO:2,0

EN:142 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:2,2
SZH:17,6 CK:0,2 SO:0,9

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Táppanvagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított 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 - Rádfélék; 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 - Csillagfűt; 14 - Puhatestek. * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest KÖZÉPISKOLA (Gluténmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő Kedd Szerda Csütörtök Péntek

Uzsonna	Ebéd	Tízórai
EN:758 ZS:20,8 TZS:3,0 FH:34,1 SZH:104,3 CK:16,0 SO:4,2	Köménymag leves Egyben szárnyasvagdalt Zöldborsófőzelék (7)	Becsináltleves (7,9) Darás metélt Házi baracklekvár alma
EN:854 ZS:14,7 TZS:2,7 FH:23,1 SZH:152,6 CK:36,0 SO:3,3	Zöldszéges tarhonya leves (9,12) Sertés pörkölt Paradicsomos káposzta	Kertész leves (9) Sült csirkecomb Rizs köret Mongol saláta (10)
EN:670 ZS:32,3 TZS:8,0 FH:22,7 SZH:69,8 CK:22,0 SO:2,8	Almákrémleves (7) Pincepörkölt (sertés) (12) Csemege uborka (10)	
EN:692 ZS:21,9 TZS:11,1 FH:57,1 SZH:64,7 CK:3,9 SO:5,2		
EN:614 ZS:15,0 TZS:4,4 FH:26,5 SZH:86,4 CK:20,8 SO:3,5		

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 - Rákkelték; 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; szulfitek; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestiek. * édesítőszer tartalmaz.

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

KÖZÉPISKOLA (5 Tej-,tojásmentes)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea
BEBO margarin 35% (mini)
Tavaszi felvágott KREL
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaós rizsital
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Gyümölcs tea (12)
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Kígyóborka

Rizs ital
Barack lekvár
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Citromos tea
Csirkemellsonka KREL
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Hónapos retek

EN:354 ZS:13,8 TZS:5,1 FH:9,9
SZH:46,3 CK:10,3 SO:1,9

EN:509 ZS:14,4 TZS:1,3 FH:11,0
SZH:63,2 CK:19,0 SO:0,2

EN:392 ZS:7,2 TZS:1,5 FH:17,1
SZH:66,2 CK:9,4 SO:2,3

EN:547 ZS:14,6 TZS:1,2 FH:11,0
SZH:90,5 CK:19,8 SO:0,2

EN:396 ZS:7,2 TZS:1,5 FH:16,7
SZH:67,5 CK:11,4 SO:2,3

Rántott leves (1)
Parajfőzelék (1)
Fasírt golyvó (1,6)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)
Levesbetét tészta (1)

Csirke becsináltleves (1,9;12)
Főtt tészta (1)
Mák szórat (5;6;8;11)

Zöldszégleves (1,9)
Pincepörkölt (sertés) (12)
teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez)
(1)

Lebbens leves (1)
Bakonyi csirkeragu (1)
Párolt rizs

Brokkoli Krémleves (1)
Levesbetét tészta (1)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya

EN:834 ZS:51,0 TZS:8,6 FH:23,1
SZH:58,9 CK:6,7 SO:4,4

EN:684 ZS:17,4 TZS:2,8 FH:27,3
SZH:101,7 CK:19,2 SO:1,5

EN:635 ZS:17,9 TZS:7,2 FH:27,4
SZH:83,8 CK:1,0 SO:1,8

EN:827 ZS:27,9 TZS:5,0 FH:31,2
SZH:111,2 CK:1,7 SO:2,3

EN:559 ZS:17,4 TZS:2,8 FH:29,8
SZH:60,6 CK:3,0 SO:2,6

BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)
Tv paprika

Házi húskrém
Vizes zsemle (1)

Mátrai diákcsemege
Vizes zsemle (1)

Tonhalkrém (4;6;10)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Zöldhagyma

Méz
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:386 ZS:12,1 TZS:0,8 FH:11,0
SZH:55,7 CK: SO:

EN:474 ZS:18,6 TZS:6,3 FH:20,7
SZH:53,3 CK: SO:1,1

EN:564 ZS:30,1 TZS:8,8 FH:17,4
SZH:54,3 CK:0,2 SO:1,6

EN:418 ZS:22,0 TZS:6,4 FH:12,4
SZH:36,0 CK:0,1 SO:1,4

EN:429 ZS:12,0 TZS:0,8 FH:10,3
SZH:69,4 CK:16,4 SO:

Az étlap válogatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztonsága érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számlított energia, kcal/adag), ZS (zsír, g/adag), TZS (telített zsírsav, g/adag), FH (fehérje, g/adag), SZH (szénhidrát, g/adag), CK (cukor, g/adag), SO (sós, 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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítést tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Malin

(8/1/11 20-40-20)

15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea *
Vitaminos margarin 20%-os
Tavaszi felvágott KREL
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Kakaó DI 1dl (7) *
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Erdeti gyümölcs tea (12) *
Csirkemellsonka KREL
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrlésű kenyér (1)
Kígyóuborka

Tej 1 dl (7)
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Citromos tea *
Lapka sajt (7)
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrlésű kenyér (1)
Hónapos retek

EN:179 ZS:7,3 TZS:2,6 FH:6,3
SZH:21,3 CK:0,5 SO:0,5

EN:145 ZS:4,0 TZS:1,8 FH:6,0
SZH:20,3 CK:0,3 SO:0,2

EN:148 ZS:3,4 TZS:0,9 FH:7,1
SZH:21,4 CK:0,5 SO:0,5

EN:141 ZS:3,8 TZS:1,6 FH:5,8
SZH:20,2 CK:0,3 SO:0,2

EN:169 ZS:5,3 TZS:2,5 FH:7,5
SZH:22,2 CK:1,9 SO:0,6

Tojásleves (1,3)
Parajfőzelék (1,7)
Fasírt golyó (1,6)
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Csirke becsináltleves (1,9;12)
Tészta köret (1)
Mák szórát D *

Daragaluska leves (1,3;9)
Pincepörkölt (sertés) (12)

Lebbencs leves (1,9;12)
Bakonyi csirkeragu (1,7)
Rizs köret

Brokkoli krémleves (1,7)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya

EN:541 ZS:34,6 TZS:5,3 FH:16,4
SZH:37,6 CK:4,2 SO:2,0

EN:380 ZS:16,0 TZS:2,3 FH:15,7
SZH:41,5 CK:2,0 SO:1,1

EN:408 ZS:16,6 TZS:6,6 FH:21,1
SZH:38,9 CK:0,2 SO:0,8

EN:434 ZS:21,3 TZS:6,1 FH:17,7
SZH:40,9 CK:1,1 SO:2,2

EN:422 ZS:16,5 TZS:3,9 FH:19,6
SZH:43,2 CK:1,1 SO:1,4

Vajkrém, natúr (7)
teljeskiőrlésű kenyér (1)
Tv paprika

Házi húskrém (7)
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Kockasajt, natúr (7)
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Tonhalkrém (4;6;7;10)
teljeskiőrlésű kenyér (1)
Zöldhagyma

Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:164 ZS:5,7 TZS:3,5 FH:4,5
SZH:22,5 CK:0,7 SO:0,2

EN:158 ZS:4,2 TZS:2,4 FH:8,2
SZH:21,0 CK:0,4 SO:0,3

EN:176 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:7,2
SZH:22,5 CK:0,4 SO:0,5

EN:214 ZS:6,7 TZS:3,0 FH:9,4
SZH:22,3 CK:0,7 SO:0,5

EN:124 ZS:2,5 TZS:0,6 FH:3,9
SZH:20,7 CK:0,4 SO:0,1

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés megváltozása:
EN (számlított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (tejfeltet zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Ráktételék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szexámmas; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek; * - édesítésszert tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Tóth

(8/1/33 daib 20-50-10)

15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea *
Vitaminos margarin 20%-os
Tavaszi felvágott KREL
teljeskiőrésű kenyér (1)

Kakaó DI 1dl (7) *
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrésű kenyér (1)

Erdi gyümölcs tea (12) *
Csirkemellsonka KREL
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrésű kenyér (1)
Kigyóuborka

Tej 1 dl (7)
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrésű kenyér (1)

Citromos tea *
Lapka sajt (7)
Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrésű kenyér (1)
Hónapos retek

EN:179 ZS:7,3 TZS:2,6 FH:6,3
SZH:21,3 CK:0,5 SO:0,5

EN:145 ZS:4,0 TZS:1,8 FH:6,0
SZH:20,3 CK:0,3 SO:0,2

EN:148 ZS:3,4 TZS:0,9 FH:7,1
SZH:21,4 CK:0,5 SO:0,5

EN:141 ZS:3,8 TZS:1,6 FH:5,8
SZH:20,2 CK:0,3 SO:0,2

EN:169 ZS:5,3 TZS:2,5 FH:7,5
SZH:22,2 CK:1,9 SO:0,6

Tojásleves (1,3)
Parajfőzelék (1,7)
Fasírt golyó (1,6)
teljeskiőrésű kenyér (1)

Csirke becsináltleves (1,9;12)
Tészta körlet (1)
Mák szórárt D *

Daragalukska leves (1,3;9)
Pincepörkölt (sertés) (12)
teljeskiőrésű kenyér 2dkg (1)

Lebbencs leves (1,9;12)
Bakonyi csirkeragu (1,7)
Rizs körlet

Brokkoli krémleves (1,7)
Levesgyöngy (1,3;7)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya

EN:593 ZS:34,8 TZS:5,4 FH:18,4
SZH:48,0 CK:4,4 SO:2,0

EN:427 ZS:16,1 TZS:2,3 FH:17,4
SZH:51,1 CK:2,5 SO:1,1

EN:460 ZS:16,9 TZS:6,6 FH:23,0
SZH:49,3 CK:0,4 SO:0,8

EN:1018 ZS:81,7 TZS:12,7 FH:18,7
SZH:49,9 CK:1,1 SO:3,7

EN:472 ZS:19,3 TZS:5,2 FH:20,4
SZH:48,5 CK:1,7 SO:1,5

Vajkrém, natúr (7)
teljeskiőrésű kenyér 2dkg (1)
Tv paprika

Házi húskrém (7)
teljeskiőrésű kenyér 2dkg (1)

Kockasajt, natúr (7)
teljeskiőrésű kenyér 2dkg (1)

Tonhalkrém (4;6;7;10)
teljeskiőrésű kenyér 2dkg (1)
Zöldhagyma

Vitaminos margarin 20%-os
teljeskiőrésű kenyér 2dkg (1)

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

EN:111 ZS:5,5 TZS:3,4 FH:2,6
SZH:12,2 CK:0,5 SO:0,2

EN:105 ZS:4,0 TZS:2,4 FH:6,2
SZH:10,6 CK:0,2 SO:0,3

EN:123 ZS:5,8 TZS:3,8 FH:5,3
SZH:12,1 CK:0,2 SO:0,5

EN:161 ZS:6,5 TZS:3,0 FH:7,5
SZH:12,0 CK:0,5 SO:0,5

EN:71 ZS:2,2 TZS:0,6 FH:2,0
SZH:10,3 CK:0,2 SO:0,1

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés megnevezése:
EN (számított energia; kcal/cdobj) ZS (zsír; g/cdobj), TZS (telített zsírsav; g/cdobj), FH (fehérje; g/cdobj), SZH (szénhidrát; g/cdobj), CK (cukor; g/cdobj), SÓ (só; g/cdobj)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Raktételek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szója; 7 - Tej; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestiek; * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Majoros Katalin (8/1/3 diabétesz 50 ebéd)
15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Tojásleves (1,3) Parajfőzelék (1,7) Fasírt golyó (1,6) teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:593 ZS:34,8 Tzs:5,4 FH:18,4 SZH:48,0 CK:4,4 SO:2,0</p>	<p>Csirke becsináltleves (1,9,12) Tészta köret (1) Mák szórást D *</p> <p>EN:427 ZS:16,1 Tzs:2,3 FH:17,4 SZH:51,1 CK:2,5 SO:1,1</p>	<p>Daragaluska leves (1,3,9) Pincepörkölt (sertés) (12) teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1)</p> <p>EN:460 ZS:16,9 Tzs:6,6 FH:23,0 SZH:49,3 CK:0,4 SO:0,8</p>	<p>Lebbencs leves (1,9,12) Bakonyi csirkeragu (1,7) Rizs köret</p> <p>EN:486 ZS:21,4 Tzs:6,2 FH:19,1 SZH:52,5 CK:1,1 SO:3,7</p>	<p>Brokkoli krémleves (1,7) Levesgyöngy (1,3,7) Sült csirkecomb filé Petrezselymes burgonya 20 dkg (12)</p> <p>EN:464 ZS:18,2 Tzs:5,6 FH:20,5 SZH:48,6 CK:1,7 SO:3,0</p>
<p>Uzsonna</p>				
<p>Ebéd</p>				
<p>Tízórai</p>				

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztonsága 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; szulfidok; 13 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek; * - édesítést tartalmaz.

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Magyarországi
Kassai

(8/4 Diabétesz 45g)

15. hét 2024.04.08. - 2024.04.14.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Tojásleves (1;3)
Parajfőzelék (1;7)
Fasírt golyó (1,6)
teljeskiőrlésű kenyér (1)

Csirke becsináltleves (1;9;12)
Tészta köret (1)
Mák szórát D *

Daragaluska leves (1;3;9)
Pincepökölt (sertés) (12)
teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1)

Lebbencs leves (1;9;12)
Bakonyi csirkeragu (1;7)
Rizs köret

Brokkoli krémleves (1;7)
Levesgyöngy (1;3;7)
Sült csirkecomb filé
Petrezselymes burgonya 20 dkg
(12)

EN:567

ZS:34,7 TZS:5,4 FH:17,4
SZH:42,8 CK:4,3 SO:2,0

EN:404

ZS:16,0 TZS:2,3 FH:16,5
SZH:46,3 CK:2,2 SO:1,1

EN:460

ZS:16,9 TZS:6,6 FH:23,0
SZH:49,3 CK:0,4 SO:0,8

EN:990

ZS:81,2 TZS:12,7 FH:18,1
SZH:44,8 CK:1,1 SO:3,7

EN:464

ZS:18,2 TZS:5,6 FH:20,5
SZH:48,6 CK:1,7 SO:3,0

Az étlap viltoztatásának 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), SO (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákképző; 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 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital