ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓS (Gluténmentes)

3. hét 2020.01.13. - 2020.01.19.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Málna tea eurofood csirkepástétom Gluténmentes kenyér (6)	Tej (7) Soproni felvágott margarin (tm) Gluténmentes kenyér (6)	Citromos tea Sertés párizsi margarin (tm) Gluténmentes kenyér (6)	Tej (7) méz margarin (tm) Gluténmentes kenyér (6)	Erdei gyümölcs tea Tejszínes sajtkrém, zöldfűszeres (7) Gluténmentes kenyér (6) Jégcsapretek
	EN:311 ZS:13,0 TZS:3,2 FH:7,8 SZH:38,2 CK:10,7 SO:1,2	EN:359 ZS:16,7 TZS:4,7 FH:12,3 SZH:38,0 CK:12,4 SO:1,5	EN:303 ZS:14,0 TZS:4,7 FH:5,1 SZH:36,8 CK:11,0 SO:1,3	EN:350 ZS:11,0 TZS:2,3 FH:8,8 SZH:53,5 CK:28,4 SO:0,8	EN:301 ZS:14,1 TZS:8,0 FH:3,5 SZH:37,6 CK:11,9 SO:1,0
Ebéd	Babgulyás leves sertés (9;12) "Tejberizs" rizsitalból Fahéj szórat Narancs	Csontleves (9) Levesbetét tészta Vitál rakott burgonya (10;12)	Eszterházy krémleves (9;12) Zöldfűszeres sült csirkecomb felső Petrezselymes rizs Cékla saláta (10) *	Zöldséges tarhonyaleves (9;12) Sertés pörkölt Tökfőzelék Gluténmentes kenyér (6)	Vegyes gyümölcsleves Zöldséges halvagdalt (4) Burgonyapüré (12)
	EN:626 ZS:10,6 TZS:1,8 FH:14,4 SZH:115,5 CK:56,6 SO:1,8	EN:416 ZS:10,4 TZS:2,7 FH:13,0 SZH:64,9 CK:4,1 SO:3,8	EN:649 ZS:19,4 TZS:11,1 FH:44,7 SZH:74,8 CK:3,4 SO:3,5	EN:525 ZS:20,8 TZS:3,8 FH:20,2 SZH:70,8 CK:6,3 SO:3,1	EN:462 ZS:4,6 TZS:0,5 FH:13,1 SZH:85,5 CK:20,7 SO:2,5
Uzsonna	Magyaros vajkrém (7) Gluténmentes kenyér (6) Csalamádé (10;12)	Trappista sajt (7) margarin (tm) Gluténmentes kenyér (6) Kígyóuborka	Snidlinges margarin Gluténmentes kenyér (6)	Sárgarépás tojáskrém (3) Gluténmentes kenyér (6)	Gyümölcsös joghurt (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) 2db
	EN:278 ZS:14,4 TZS:8,4 FH:3,5 SZH:30,8 CK:3,5 SO:2,4	EN:327 ZS:17,5 TZS:8,7 FH:12,8 SZH:27,5 CK:2,0 SO:1,4	EN:251 ZS:14,0 TZS:4,2 FH:2,1 SZH:27,0 CK:2,0 SO:0,7	EN:266 ZS:13,9 TZS:4,1 FH:5,6 SZH:27,2 CK:2,0 SO:0,6	EN:179 ZS:2,9 TZS:1,5 FH:4,7 SZH:29,4 CK:13,9 SO:0,1

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközlünk. 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, szulfitok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.*

GasztViTál