ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Sertésmentes)

39. hét 2023.09.25. - 2023.10.01.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea Csirkemell Sonkakrém vizes zsemle (1)	Erdei gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin vizes kifli (1)	Barackos tea Natúr sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paprika	Kakaó (7) margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Erdei gyümölcs tea Pritaminos szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
	EN:213 ZS:4,3 TZS:0,9 FH:6,6 SZH:36,0 CK:8,4 SO:0,7	EN:252 ZS:7,5 TZS:2,0 FH:6,6 SZH:38,5 CK:11,0 SO:0,4	EN:347 ZS:3,8 TZS:1,7 FH:11,3 SZH:64,3 CK:9,4 SO:0,3	EN:420 ZS:7,9 TZS:1,0 FH:16,6 SZH:68,8 CK:17,9 SO:0,3	EN:361 ZS:5,8 TZS:3,0 FH:11,1 SZH:63,8 CK:11,3 SO:0,2
Ebéd	Palócleves (csirke) (1;7;10;12) Parajos penne (1;7) alma	Csontleves (9;12) Székelykáposzta csirkehússal (12)	Reszelttészta leves (1;9;12) Kukoricás csirkeragu Bulgur köret (1)	Zellerleves (1;9) Pulykasült D Vegyes gyümölcsmártás (1;7) Főtt burgonya (12)	Zöldségleves (1;9;12) Hentes csirke tokány (10) Rizs köret
	EN:471 ZS:12,5 TZS:3,2 FH:19,3 SZH:68,6 CK:5,2 SO:1,5	EN:283 ZS:15,7 TZS:3,4 FH:20,6 SZH:12,7 CK:0,1 SO:4,0	EN:419 ZS:8,8 TZS:1,3 FH:21,4 SZH:61,4 CK:9,8 SO:2,1	EN:475 ZS:8,5 TZS:2,4 FH:20,9 SZH:71,9 CK:19,2 SO:2,8	EN:515 ZS:8,1 TZS:1,6 FH:22,3 SZH:88,8 CK:2,1 SO:2,2
Uzsonna	Fokhagymás karfiolkrém vizes kifli (1)	Barackos túrókrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Petrezselymes margarin vizes zsemle (1)	Kockasajt, natúr (7) vizes kifli (1) Paprika	Brokkolikrém vizes zsemle (1)
	EN:184 ZS:4,8 TZS:1,3 FH:5,1 SZH:29,1 CK:0,8 SO:0,4	EN:304 ZS:2,8 TZS:1,2 FH:12,4 SZH:55,4 CK:4,4 SO:0,1	EN:193 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:4,4 SZH:28,2 CK:0,8 SO:0,0	EN:233 ZS:6,4 TZS:3,8 FH:8,5 SZH:34,1 CK:0,8 SO:0,5	EN:150 ZS:0,8 TZS:0,1 FH:4,9 SZH:29,9 CK:1,6 SO:0,2

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