ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Iskola alsó
Pépes

48.hét 2026.11.23.-2026.11.29.

Gasztvitál

	Hétfő 11.23	Kedd 11.24	Szerda 11.25	Csütörtök 11.26	Péntek 11.27	Szombat 11.28	Vasárnap 11.29
Ebéd	**Kassai burgonyaleves (1;9;12;)** EN: 187.0 kcal; ZS: 8.4 g; TZS: 3.5 g; SZH: 19.8 g; CK: 1.9 g; FH: 6.4 g; SÓ: 1.8 g; **Tejberizs (rizsitallal)** EN: 394.3 kcal; ZS: 7.4 g; TZS: 2.7 g; SZH: 77.5 g; CK: 24.7 g; FH: 5.2 g; SÓ: 0.5 g; **Kakaó szórat** EN: 104.8 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.0 g; SZH: 16.9 g; CK: 15.1 g; FH: 3.5 g; SÓ: 0.3 g; **Almapüré** EN: 28.0 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.6 g; CK: 3.2 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	**Reszelt tésztaleves (1;9;)** EN: 94.2 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 10.3 g; CK: 1.5 g; FH: 1.9 g; SÓ: 0.9 g; **Natúr sertésszelet (1;)** EN: 175.5 kcal; ZS: 10.5 g; TZS: 2.6 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.0 g; FH: 17.1 g; SÓ: 0.3 g; **Parajfőzelék (1;)** EN: 160.5 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 0.9 g; SZH: 23.4 g; CK: 8.6 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.2 g; **Teljeskiőrlésű kenyér 4 dkg (1;)** EN: 94.8 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 19.6 g; CK: 0.6 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.5 g;	**Almás-paszternák krémleves (1;)** EN: 164.4 kcal; ZS: 10.8 g; TZS: 2.6 g; SZH: 14.7 g; CK: 3.9 g; FH: 2.0 g; SÓ: 1.0 g; **Vasi pulykamell (1;12;)** EN: 159.3 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 1.1 g; SZH: 3.8 g; CK: 0.0 g; FH: 17.4 g; SÓ: 1.1 g; **Petrezselymes burgonya (12;)** EN: 196.3 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 1.4 g; SZH: 33.3 g; CK: 0.0 g; FH: 4.5 g; SÓ: 1.0 g; **Cékla reszelt *** EN: 37.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.3 g; CK: 4.7 g; FH: 0.8 g; SÓ: 1.5 g;	**Zellerleves epés (1;9;)** EN: 118.5 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 0.7 g; SZH: 13.1 g; CK: 1.6 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.4 g; **Bazsalikomos csirkeragu (1;)** EN: 193.0 kcal; ZS: 11.3 g; TZS: 2.9 g; SZH: 4.6 g; CK: 0.0 g; FH: 17.3 g; SÓ: 0.7 g; **Rizs köret** EN: 250.5 kcal; ZS: 1.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 54.3 g; CK: 0.0 g; FH: 6.5 g; SÓ: 0.5 g;	**Zöldségleves (1;)** EN: 120.2 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 0.5 g; SZH: 16.6 g; CK: 2.4 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.1 g; **Zöldséges húsos köles (1;)** EN: 282.5 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 1.4 g; SZH: 36.5 g; CK: 2.3 g; FH: 19.1 g; SÓ: 0.4 g; **Almapüré** EN: 28.0 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.6 g; CK: 3.2 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;	**Rozmaringos zöldségleves (1;9;)** EN: 67.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 13.4 g; CK: 2.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 1.1 g; **Cukkinis sertésagu (1;)** EN: 185.7 kcal; ZS: 12.7 g; TZS: 3.7 g; SZH: 4.1 g; CK: 0.0 g; FH: 12.9 g; SÓ: 1.3 g; **Tészta köret (1;)** EN: 289.9 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 0.7 g; SZH: 49.7 g; CK: 1.5 g; FH: 9.1 g; SÓ: 0.7 g;	**Csontleves tésztával (1;9;)** EN: 127.7 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 1.1 g; SZH: 11.1 g; CK: 1.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.5 g; **Sült csirkemellszelet** EN: 152.3 kcal; ZS: 7.9 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 19.1 g; SÓ: 0.4 g; **Petrezselymes rizs** EN: 290.6 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 1.1 g; SZH: 46.5 g; CK: 0.0 g; FH: 5.6 g; SÓ: 0.1 g; **Cékla reszelt *** EN: 37.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.3 g; CK: 4.7 g; FH: 0.8 g; SÓ: 1.5 g;

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközlünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kálcium: mg/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.