

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (Tejmentes)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Citromos tea</p> <p>magyaros margarinkrém</p> <p>Tejles kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>EN:345 ZS:18,6 TZS:5,9 FH:4,4 SZH:39,0 CK:9,0 SO:1,3</p> <p>Fahéjas szilvaleves (1)</p> <p>Paprikás burgonya kolbásszal (1,2)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>Káposztasaláta (10)</p>	<p>Kakaós rizsital</p> <p>Tavaszi felvágott</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Tejles kiőrlésű zsemle (1,6)</p> <p>Jégcsapretek</p> <p>EN:295 ZS:12,1 TZS:4,1 FH:9,8 SZH:37,3 CK:7,8 SO:1,4</p> <p>Brokkoli krémleves (1)</p> <p>Lévesbetét tészta (1)</p> <p>Sült csirkecomb file</p> <p>Zöldseges bulgur (1)</p> <p>alma</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>Petrezselymes margarin</p> <p>Szezámmagos zsemle (1,11)</p> <p>EN:283 ZS:13,0 TZS:3,8 FH:4,3 SZH:35,9 CK:8,8 SO:0,6</p> <p>Csontleves</p> <p>Lévesbetét tészta (1)</p> <p>Parajfőzelék (1)</p> <p>Főtt tojás (3)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p>	<p>Rizs ital</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:319 ZS:6,7 TZS:1,4 FH:6,8 SZH:58,2 CK:10,6 SO:0,5</p> <p>Rántott leves (1)</p> <p>Székelvápószta (1,8)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>körte</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>kenőmájás</p> <p>Tejles kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>Paradicsom</p> <p>EN:252 ZS:6,2 TZS:2,7 FH:7,4 SZH:40,5 CK:8,4 SO:1,6</p> <p>Zöldborsóleves (1,3,9)</p> <p>Tarhonyás hús (1)</p> <p>Cékla saláta (10) *</p>
<p>EN:599 ZS:22,5 TZS:6,6 FH:14,0 SZH:79,5 CK:19,1 SO:2,4</p> <p>Szendvicssonka</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Vizes zsemle (1)</p> <p>Kigyóuborka</p>	<p>EN:554 ZS:18,5 TZS:2,6 FH:29,3 SZH:65,4 CK:10,2 SO:1,9</p> <p>Barack lekvár</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Falusi kenyér (1)</p>	<p>EN:409 ZS:16,8 TZS:3,6 FH:19,8 SZH:41,2 CK:3,6 SO:1,7</p> <p>Házi sertés húskrém</p> <p>Tejles kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>TV paprika</p>	<p>EN:417 ZS:14,5 TZS:3,1 FH:20,0 SZH:49,6 CK:5,7 SO:4,9</p> <p>Zöldhagymás margarin</p> <p>Tejles kiőrlésű zsemle (1,6)</p> <p>Lilahagyma</p>	<p>EN:638 ZS:18,7 TZS:3,1 FH:29,7 SZH:85,0 CK:5,4 SO:1,6</p> <p>Rizs ital</p> <p>Méz</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Vizes zsemle (1)</p>
<p>EN:241 ZS:9,4 TZS:1,5 FH:9,9 SZH:28,1 CK:0,6 SO:0,8</p>	<p>EN:238 ZS:4,1 TZS:1,0 FH:6,0 SZH:43,8 CK:11,2 SO:0,4</p>	<p>EN:205 ZS:4,4 TZS:1,3 FH:8,4 SZH:31,5 CK:0,0 SO:1,0</p>	<p>EN:260 ZS:13,0 TZS:3,9 FH:5,7 SZH:30,9 CK:0,6 SO:0,8</p>	<p>EN:345 ZS:10,4 TZS:1,2 FH:5,9 SZH:56,6 CK:13,7 SO:0,2</p>

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tapanyagtartalom jelölés meggyarazata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (fehérje; 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 - Hatal; 5 - Földalmogörög; 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

ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (Tej-,tojásmentes)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Citromos tea</p> <p>magyaros margarinkrém</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>EN:345 ZS:18,6 TZS:5,9 FH:4,4 SZH:39,0 CK:9,0 SO:1,3</p> <p>Fahéjas szilvaleves (1)</p> <p>Paprikás burgonya kolbásszal (1,2)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>Káposztasaláta (10)</p>	<p>Kakaós rizsital</p> <p>Tavaszi felvágott</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)</p> <p>Jégsaprettek</p> <p>EN:295 ZS:12,1 TZS:4,1 FH:9,8 SZH:37,3 CK:7,8 SO:1,4</p> <p>Brokkoli krémleves (1)</p> <p>Levesbetéttészta (1)</p> <p>Sült csirkecomb filé</p> <p>Zöldszéles bulgur (1)</p> <p>alma</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>Petrezselymes margarin</p> <p>Szezámmagos zsemle (1,1)</p> <p>EN:283 ZS:13,0 TZS:3,8 FH:4,3 SZH:35,9 CK:8,8 SO:0,6</p> <p>Csontleves</p> <p>Levesbetét tészta (1)</p> <p>Parajfőzelék (1)</p> <p>Párolt csirkemell</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p>	<p>Rizs itál</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:319 ZS:6,7 TZS:1,4 FH:6,8 SZH:58,2 CK:10,6 SO:0,5</p> <p>Rántott leves (1)</p> <p>Székelykáposzta (1,8)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>körte</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>Kenőmájás</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>Paradicsom</p> <p>EN:252 ZS:6,2 TZS:2,7 FH:7,4 SZH:40,5 CK:8,4 SO:1,6</p> <p>Zöldborsóleves (1,9)</p> <p>Túrnyomás-hús (1)</p> <p>Cékla saláta (10) *</p>
<p>EN:599 ZS:22,5 TZS:6,6 FH:14,0 SZH:79,5 CK:19,1 SO:2,4</p> <p>Szendvicssonka</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Vizes zsemle (1)</p> <p>Klgyóuborka</p>	<p>EN:554 ZS:18,5 TZS:2,6 FH:29,3 SZH:65,4 CK:10,2 SO:1,9</p> <p>Barack lekvár</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Falusi kenyér (1)</p>	<p>EN:452 ZS:15,5 TZS:3,0 FH:32,6 SZH:41,6 CK:3,6 SO:2,6</p> <p>Házi sertés húskrém</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>TV paprika</p>	<p>EN:417 ZS:14,5 TZS:3,1 FH:20,0 SZH:49,6 CK:5,7 SO:4,9</p> <p>Zöldhagymás margarin</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)</p> <p>Liliahagyma</p>	<p>EN:638 ZS:18,7 TZS:3,1 FH:29,7 SZH:85,0 CK:5,4 SO:1,6</p> <p>Rizs itál</p> <p>Méz</p> <p>BEBO margarin 35% (mini)</p> <p>Vizes zsemle (1)</p>
<p>EN:241 ZS:9,4 TZS:1,5 FH:9,9 SZH:28,1 CK:0,6 SO:0,8</p>	<p>EN:238 ZS:4,1 TZS:1,0 FH:6,0 SZH:43,8 CK:11,2 SO:0,4</p>	<p>EN:205 ZS:4,4 TZS:1,3 FH:8,4 SZH:31,5 CK:0,0 SO:1,0</p>	<p>EN:260 ZS:13,0 TZS:3,9 FH:5,7 SZH:30,9 CK:0,6 SO:0,8</p>	<p>EN:345 ZS:10,4 TZS:1,2 FH:5,9 SZH:56,6 CK:13,7 SO:0,2</p>

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 - Földmogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;

10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestiek. * - édesítvizet tartalmaz.

ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (Diabétesz)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Citromos tea *
Vajkrém, magyaros (7)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)

Kakaó DI (7) *
Tavaszi felvágott
BEBO margarin 35% (mini)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Jégcsaprettek

Erdi gyümölcs tea (12) *
Vajkrém, natúr (7)
Szezámmagos zsemle (1,11)

Forrált tej (7)
BEBO margarin 35% (mini)
Sajtos stangli 50g (1,6,7)

Erdi gyümölcs tea (12) *
Kenőmájás
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
Paradicsom

EN:251 ZS:11,1 TZS:7,1 FH:5,1
SZH:31,8 CK:0,7 SO:1,2

EN:350 ZS:14,9 TZS:6,0 FH:15,3
SZH:39,5 CK:0,9 SO:1,6

EN:212 ZS:8,0 TZS:4,6 FH:4,8
SZH:29,1 CK:1,3 SO:0,7

EN:288 ZS:10,2 TZS:3,2 FH:13,6
SZH:35,5 CK:10,4 SO:1,0

EN:219 ZS:6,2 TZS:2,7 FH:7,4
SZH:32,5 CK:0,4 SO:1,6

Fahéjas szilvaleves (1,7) *
Paprikás burgonya kolbásszal (12)
félbarna kenyér (ebédhez) (4)
Káposztasaláta (10)

Brokkoli krémleves (1,7)
Levesgyöngy (1,3;7)
Sült csirkemcomb file
Zöldeséges bulgur (1)
Alma

Gsontleves
Levesbetét tészta (1)
Parajfőzelék (1,7)
Főtt tojás (3)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)

Rántott leves (1)
Székelykáposzta (1,8)
félbarna kenyér (ebédhez) (1)
körte

Zöldborsóleves (1,3;9)
Tarhonyás hús (1)
Céklasaláta diab (10) *

Ebéd

EN:589 ZS:26,5 TZS:8,6 FH:14,6
SZH:67,7 CK:7,3 SO:2,5

EN:658 ZS:25,4 TZS:5,7 FH:30,1
SZH:74,0 CK:10,7 SO:1,7

EN:442 ZS:17,9 TZS:3,6 FH:22,1
SZH:44,7 CK:7,1 SO:1,8

EN:417 ZS:14,5 TZS:3,1 FH:20,0
SZH:49,6 CK:5,7 SO:4,9

EN:642 ZS:18,7 TZS:3,1 FH:29,8
SZH:86,0 CK:3,0 SO:1,7

Szendvicssonka
BEBO margarin 35% (mini)
Vizes zsemle (1)
Kígyóuborka

Zöldhagymás margarin
BEBO margarin 35% (mini)
Falusi kenyér (1)

Házi hűskрем (7)
Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)
TV paprika

Körözött (7)
Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)
Liliahagyma

Natúr joghurt (7)
Kifli (1,7)

Uzsonna

EN:241 ZS:9,4 TZS:1,5 FH:9,9
SZH:28,1 CK:0,6 SO:0,8

EN:297 ZS:16,1 TZS:4,8 FH:6,0
SZH:32,2 CK:1,0 SO:0,4

EN:241 ZS:7,1 TZS:4,2 FH:11,1
SZH:31,7 CK:0,0 SO:1,5

EN:205 ZS:4,6 TZS:2,4 FH:9,3
SZH:32,4 CK:1,3 SO:1,0

EN:216 ZS:5,6 TZS:3,6 FH:8,7
SZH:31,2 CK:0,2 SO:0,7

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosított kiadvány a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalmi jelölés magyartartoz:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (fehérje; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Raktételek; 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 szulfidok; 13 - Csillaggyök; 14 - Puhatestűk. * - édesítőszerrel tartalmaz.

gasztvital

ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (Sertésmentes)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Citromos tea</p> <p>Vajkrém, magyaros (7)</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p>	<p>Kakao (7)</p> <p>Csirkeemlisonka</p> <p>BÉBO margarin 35% (mini)</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)</p> <p>Jégsaprettek</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>Vajkrém, natúr (7)</p> <p>Szezámmagos zsemle (1,11)</p>	<p>Forrált tej (7)</p> <p>BÉBO margarin 35% (mini)</p> <p>Sajtos stangli 50g (1,6;7)</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>Méz</p> <p>BÉBO margarin 35% (mini)</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>Paradicsom</p>
<p>EN:288 ZS:11,1 TZS:7,1 FH:5,1 SZH:40,8 CK:9,7 SO:1,2</p> <p>Fahéjas szilvaleves (1,7)</p> <p>Paprikás burgonya virslivel (1,2)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>Káposztasaláta (10)</p>	<p>EN:345 ZS:9,2 TZS:1,5 FH:17,3 SZH:48,9 CK:19,8 SO:1,6</p> <p>Brokkoli krémleves (1,7)</p> <p>Levesgyöngy (1,3;7)</p> <p>Sült csirkecomb file</p> <p>Zöldseges bulgur (1)</p> <p>Alma</p>	<p>EN:245 ZS:8,0 TZS:4,6 FH:4,8 SZH:37,1 CK:9,3 SO:0,7</p> <p>Zöldsegleves (1,9)</p> <p>Levesbetét tészta (1)</p> <p>Parajfőzelék (1,7)</p> <p>Főtt tojás (3)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p>	<p>EN:288 ZS:10,2 TZS:3,2 FH:13,6 SZH:35,5 CK:10,4 SO:1,0</p> <p>Rántott leves (1)</p> <p>Székelvákposzta (1,8)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>Túró rudi (6;7)</p>	<p>EN:233 ZS:4,2 TZS:1,0 FH:4,7 SZH:43,3 CK:12,1 SO:0,9</p> <p>Zöldborsóleves (1,3;9)</p> <p>Tarhonyás-hús-pulyka (1)</p> <p>Cékla saláta (10) *</p>
<p>EN:606 ZS:20,5 TZS:5,8 FH:16,6 SZH:82,5 CK:19,6 SO:2,6</p> <p>Csirkeemlisonka</p> <p>BÉBO margarin 35% (mini)</p> <p>Vizes zsemle (1)</p> <p>Klgyóborka</p>	<p>EN:658 ZS:25,4 TZS:5,7 FH:30,1 SZH:74,0 CK:10,7 SO:1,7</p> <p>Barack lekvár</p> <p>BÉBO margarin 35% (mini)</p> <p>Falusi kenyér (1)</p>	<p>EN:448 ZS:18,7 TZS:3,2 FH:19,4 SZH:47,6 CK:5,0 SO:1,6</p> <p>Házi szárnyas húskrém (7)</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>TV paprika</p>	<p>EN:460 ZS:18,9 TZS:7,2 FH:22,6 SZH:49,3 CK:15,3 SO:5,0</p> <p>Körözött (7)</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)</p> <p>Ulahagyma</p>	<p>EN:559 ZS:14,7 TZS:2,4 FH:28,3 SZH:76,2 CK:5,1 SO:2,4</p> <p>Gyümölcsös ivóoghurt (7)</p> <p>Kifli (1,7)</p>
<p>EN:236 ZS:9,1 TZS:1,2 FH:9,9 SZH:27,6 CK:0,1 SO:0,7</p>	<p>EN:238 ZS:4,1 TZS:1,0 FH:6,0 SZH:43,8 CK:11,2 SO:0,4</p>	<p>EN:216 ZS:4,5 TZS:1,9 FH:11,0 SZH:31,6 CK:0,0 SO:1,5</p>	<p>EN:205 ZS:4,6 TZS:2,4 FH:9,3 SZH:32,4 CK:1,3 SO:1,0</p>	<p>EN:208 ZS:2,4 TZS:1,3 FH:6,2 SZH:36,5 CK:11,2 SO:0,8</p>

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kiemelve a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tapanygyártalom jelölés megváltozása:
EN (számlított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), Tzs (tehlített zsírv; 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 - Csiladifür; 14 - Puhítószték. * - édesítőszerrel tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ISKOLA ALSÓ (Tej-, szójamentes)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek				
	Citromos tea magyaros margarinkrém Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)	Kakaós rizsital Tavaszi felvágott BEBO margarin 35% (mini) Vízes zsemle (1) Légszaprettek	Gyümölcs tea (12) Petrezselymes margarin Szezámmagos zsemle (1,1,1)	Rizs ital BEBO margarin 35% (mini) Falusi kenyér (1)	Gyümölcs tea (12) Kenőmájás Paradicsom Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)				
EN:345	ZS:18,6 TZS:5,9 FH:4,4 SZH:39,0 CK:9,0 SO:1,3	EN:324	ZS:15,4 TZS:4,1 FH:9,5 SZH:35,4 CK:7,2 SO:0,7	EN:283	ZS:13,0 TZS:3,8 FH:4,3 SZH:35,9 CK:8,8 SO:0,6	EN:319	ZS:6,7 TZS:1,4 FH:6,8 SZH:58,2 CK:10,6 SO:0,5	EN:252	ZS:6,2 TZS:2,7 FH:7,4 SZH:40,5 CK:8,4 SO:1,6
	Fahéjas szilvaleves (1) Paprikás burgonya kolbásszal (12) Félbarna kenyér (ebédhez) (1) Káposztasaláta (10)	Brokkoli krémleves (1) Levesbétét tészta (1) Sült csirkecomb file Zöldérges bulgur (1) alma	Csontleves Levesbétét tészta (1) Parajfőzelék (1) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (ebédhez) (1)	Rántott leves (1) Székelykáposzta (1,8) Félbarna kenyér (ebédhez) (1) körte	Zöldborsóleves (1,3;9) Tarhonyás hús (1) Cékla saláta (10) *				
EN:599	ZS:22,5 TZS:6,6 FH:14,0 SZH:79,5 CK:19,1 SO:2,4	EN:554	ZS:18,5 TZS:2,6 FH:29,3 SZH:65,4 CK:10,2 SO:1,9	EN:409	ZS:16,8 TZS:3,6 FH:19,8 SZH:41,2 CK:3,6 SO:1,7	EN:417	ZS:14,5 TZS:3,1 FH:20,0 SZH:49,6 CK:5,7 SO:4,9	EN:638	ZS:18,7 TZS:3,1 FH:29,7 SZH:85,0 CK:5,4 SO:1,6
	Szendvicssonka BEBO margarin 35% (mini) Vízes zsemle (1) Kigybóborka	Barack lekvár BEBO margarin 35% (mini) Falusi kenyér (1)	Házi sertés húskrém Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1) TV paprika	Zöldhagymás margarin Vízes zsemle (1) Liliahagyma	Rizs ital Méz BEBO margarin 35% (mini) Vízes zsemle (1)				
EN:241	ZS:9,4 TZS:1,5 FH:9,9 SZH:28,1 CK:0,6 SO:0,8	EN:238	ZS:4,1 TZS:1,0 FH:6,0 SZH:43,8 CK:11,2 SO:0,4	EN:205	ZS:4,4 TZS:1,3 FH:8,4 SZH:31,5 CK:0,0 SO:1,0	EN:288	ZS:16,3 TZS:3,8 FH:5,5 SZH:38,9 CK: SO:0,1	EN:345	ZS:10,4 TZS:1,2 FH:5,9 SZH:56,6 CK:13,7 SO:0,2

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap végelátásának 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 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földmogyoró; 6 - Szója; 7 - Tej; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;

10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid; szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmú.

Gasztvital

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Citromos tea</p> <p>Vajkrém, magyaros (7)</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p>	<p>Kakao (7)</p> <p>Tavaszi felkagott</p> <p>Vitaminos margarin 20%-os</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle (1,6)</p> <p>Jégcsapretek</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>Vajkrém, natúr (7)</p> <p>Szezámmagos zsemle (1,11)</p>	<p>Forrált tej (7)</p> <p>Vitaminos margarin 20%-os</p> <p>Sajtos stangli 50g (1,6;7)</p>	<p>Gyümölcs tea (12)</p> <p>Kenőmájás</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>Paradicsom</p>
<p>EN:288 ZS:11,1 TZS:7,1 FH:5,1 SZH:40,8 CK:9,7 SO:1,2</p> <p>Fahéjas szilvaleves (1;7)</p> <p>Paprikás burgonya kolbásszal (12)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>Káposztasaláta (10)</p>	<p>EN:382 ZS:13,6 TZS:3,9 FH:16,4 SZH:49,3 CK:19,8 SO:1,7</p> <p>Brokkoli krémleves (1;7)</p> <p>Levesbetét tészta (1)</p> <p>Sült csirkemcomb filé</p> <p>Zöldeseges bulgur (1)</p> <p>alma</p>	<p>EN:245 ZS:8,0 TZS:4,6 FH:4,8 SZH:37,1 CK:9,3 SO:0,7</p> <p>Gsonleves</p> <p>Levesbetét tészta (1)</p> <p>Parajfőzelék (1;7)</p> <p>Párolt csirkemell</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p>	<p>EN:274 ZS:8,8 TZS:3,0 FH:13,6 SZH:35,5 CK:10,4 SO:1,0</p> <p>Rántott leves (1)</p> <p>Székykáposzta (1;8)</p> <p>félbarna kenyér (ebédhez) (1)</p> <p>Túró rudi (6;7)</p>	<p>EN:252 ZS:6,2 TZS:2,7 FH:7,4 SZH:40,5 CK:8,4 SO:1,6</p> <p>Zöldbojtosleves (1;9)</p> <p>Tarhonyás hús (1)</p> <p>Cékla saláta (10) *</p>
<p>EN:640 ZS:26,5 TZS:8,6 FH:14,6 SZH:80,0 CK:19,5 SO:2,4</p> <p>Szendvicssonka</p> <p>Vitaminos margarin 20%-os</p> <p>Vizes zsemle (1)</p> <p>Kigyóúborka</p>	<p>EN:605 ZS:23,5 TZS:5,1 FH:30,0 SZH:65,9 CK:10,6 SO:1,9</p> <p>Barack lekvár</p> <p>Vitaminos margarin 20%-os</p> <p>Falusi kenyér (1)</p>	<p>EN:485 ZS:16,6 TZS:3,0 FH:34,9 SZH:45,1 CK:7,1 SO:2,7</p> <p>Házi vajkrém (7)</p> <p>Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1)</p> <p>Tv paprika</p>	<p>EN:472 ZS:19,9 TZS:7,6 FH:22,5 SZH:49,3 CK:15,3 SO:5,0</p> <p>Körözött (7)</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>Lilahagyma</p>	<p>EN:638 ZS:18,7 TZS:3,1 FH:29,7 SZH:85,0 CK:5,4 SO:1,6</p> <p>Gyümölcsös ivófoghurt (7)</p> <p>Kifli (1;7)</p>
<p>EN:227 ZS:7,9 TZS:1,3 FH:9,9 SZH:28,1 CK:0,6 SO:0,8</p>	<p>EN:224 ZS:2,6 TZS:0,8 FH:6,0 SZH:43,8 CK:11,2 SO:0,4</p>	<p>EN:241 ZS:7,1 TZS:4,2 FH:11,1 SZH:31,7 CK:0,0 SO:1,5</p>	<p>EN:205 ZS:4,6 TZS:2,4 FH:9,3 SZH:32,4 CK:1,3 SO:1,0</p>	<p>EN:208 ZS:2,4 TZS:1,3 FH:6,2 SZH:36,5 CK:11,2 SO:0,8</p>

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 (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 - Földmogyoró; 6 - Sojabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szénnitrogén; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek; * - édesítésszeret tartalmaz.



ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ÓVODA (20-40-20)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Citromos tea *</p> <p>Vajkrém, magyaros (7) teljeskiörlesű kenyér (1)</p>	<p>Kakao DI (7) *</p> <p>Tavaszi felvágott BEBO margarin 35% (mini) Abonett Jégcsaprettek</p>	<p>Erdel gyümölcs tea (12) *</p> <p>Vajkrém, natúr (7) teljeskiörlesű kenyér (1)</p>	<p>Forrált tej (7) BEBO margarin 35% (mini) Abonett</p>	<p>Erdel gyümölcs tea (12) *</p> <p>Kenőmájás teljeskiörlesű kenyér (1) Paradicsom</p>
<p>EN:175 ZS:7,5 Tzs:4,6 FH:4,4 SZH:21,9 CK:0,8 SO:0,2</p> <p>Faléjás szilvaleves (1,7) *</p> <p>Paprikás burgonya kolbásszal (12) Káposztasaláta (10)</p>	<p>EN:233 ZS:12,0 Tzs:5,0 FH:10,9 SZH:19,6 CK:0,4 SO:0,8</p> <p>Brokkoli krémleves (1,7) Levesgyöngy (1,3,7) Sült csirkecomb filé Bulgur köret 40g (1) alma Abonett</p>	<p>EN:158 ZS:5,7 Tzs:3,5 FH:4,3 SZH:21,6 CK:0,7 SO:0,2</p> <p>Csontleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1,7) Főtt tojás (3) félbarna kenyér (ébédhez) (1)</p>	<p>EN:175 ZS:7,0 Tzs:0,9 FH:8,8 SZH:19,0 CK:10,2 SO:0,3</p> <p>Rántott leves (1) Székelykáposzta (1,8) teljeskiörlesű kenyér Zdkg (1) köre</p>	<p>EN:154 ZS:4,2 Tzs:1,7 FH:5,9 SZH:22,3 CK:0,7 SO:0,5</p> <p>Zöldpörköltleves (1,3,9) Sertés-pörkölt (1) Tészta köret (1) Cékla sálatá dialb (10) *</p>
<p>EN:388 ZS:19,7 Tzs:6,8 FH:8,9 SZH:39,3 CK:5,7 SO:1,7</p> <p>Szendvicssonka BEBO margarin 35% (mini) teljeskiörlesű kenyér (1) Kigyóuborka</p>	<p>EN:391 ZS:15,5 Tzs:4,2 FH:19,7 SZH:40,7 CK:4,1 SO:1,5</p> <p>Zöldhagymás margarin BEBO margarin 35% (mini) teljeskiörlesű kenyér (1)</p>	<p>EN:429 ZS:17,8 Tzs:3,6 FH:21,4 SZH:42,6 CK:6,3 SO:1,6</p> <p>Házi húskrém (7) teljeskiörlesű kenyér (1) Tv paprika</p>	<p>EN:363 ZS:13,4 Tzs:2,6 FH:14,9 SZH:43,8 CK:5,4 SO:4,5</p> <p>Körözött (7) teljeskiörlesű kenyér (1) Lilahagyma</p>	<p>EN:368 ZS:12,5 Tzs:2,3 FH:21,4 SZH:40,4 CK:0,9 SO:1,6</p> <p>Natúr joghurt (7) teljeskiörlesű kenyér (1)</p>
<p>EN:164 ZS:5,1 Tzs:1,3 FH:7,1 SZH:21,8 CK:0,8 SO:0,5</p>	<p>EN:191 ZS:10,0 Tzs:2,7 FH:3,9 SZH:20,7 CK:0,4 SO:0,0</p>	<p>EN:164 ZS:4,2 Tzs:2,4 FH:8,4 SZH:21,9 CK:0,4 SO:0,3</p>	<p>EN:149 ZS:2,9 Tzs:1,6 FH:6,5 SZH:23,3 CK:0,8 SO:0,2</p>	<p>EN:171 ZS:5,6 Tzs:3,5 FH:7,9 SZH:21,2 CK:0,3 SO:0,0</p>

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (szármított 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 - Raktételek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földmogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid; szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek * - édesítőszer tartalmaz.

Gasztvital

Felfő	Kellet	Szerelő	Csüszőnök	Penetk
<p>Citromos tea *</p> <p>Vajkrém, magyaros (7) teljeskiőrésű kenyér (1)</p>	<p>Kakaó DI (7) *</p> <p>Tavaszi felvágott BEBO margarin 35% (mini) Abonett Jégcsapretak</p>	<p>Erdel gyümölcs tea (12) *</p> <p>Vajkrém, natur (7) teljeskiőrésű kenyér (1)</p>	<p>Forrált tej (7)</p> <p>BEBO margarin 35% (mini) Abonett</p>	<p>Erdel gyümölcs tea (12) *</p> <p>Kenőmájás teljeskiőrésű kenyér (1) Paradicsom</p>
<p>EN:149 ZS:7,3 TZS:4,6 FH:3,4 SZH:16,7 CK:0,8 SO:0,2</p> <p>Fahéjas szilvaleves (1,7) *</p> <p>Pápirkás burgonya virslivel (12) Káposztasaláta (10) Abonett</p>	<p>EN:216 ZS:14,8 TZS:5,0 FH:10,1 SZH:16,6 CK:0,3 SO:0,8</p> <p>Brokkoli Krémleves (1,7) Sült csirkecomb filé Rizskörlet</p>	<p>EN:132 ZS:5,6 TZS:3,4 FH:3,3 SZH:16,4 CK:0,6 SO:0,2</p> <p>Sontleves Levesbetéttészta (1) Parajfőzelék (1,7) Főtt tojás (3) Abonett</p>	<p>EN:158 ZS:6,8 TZS:0,9 FH:8,1 SZH:16,0 CK:10,1 SO:0,3</p> <p>Rántott leves (1) Székelykáposzta (1,8) köte</p>	<p>EN:128 ZS:4,1 TZS:1,7 FH:5,0 SZH:17,2 CK:0,6 SO:0,5</p> <p>Zöldéglévés (1,9) Sertés pörkölt (1) Tészta: köret (1) Céka saláta diab (10) *</p>
<p>EN:309 ZS:15,2 TZS:5,5 FH:9,9 SZH:30,0 CK:5,7 SO:1,8</p> <p>Szendvicssonka</p> <p>BEBO margarin 35% (mini) teljeskiőrésű kenyér 5dkg (1) Kígyóuborka</p>	<p>EN:843 ZS:72,3 TZS:10,0 FH:17,3 SZH:29,6 CK:1,1 SO:3,1</p> <p>Zöldhagymás margarin BEBO margarin 35% (mini) teljeskiőrésű kenyér 5dkg (1)</p>	<p>EN:384 ZS:17,9 TZS:3,6 FH:19,9 SZH:32,5 CK:5,9 SO:1,5</p> <p>Házi húskrém (7) teljeskiőrésű kenyér 5dkg (1) TV paprika</p>	<p>EN:310 ZS:13,2 TZS:2,6 FH:12,9 SZH:33,5 CK:5,2 SO:4,5</p> <p>Körözött (7) teljeskiőrésű kenyér (1) Lilahagyma</p>	<p>EN:306 ZS:11,4 TZS:2,1 FH:17,9 SZH:32,7 CK:1,4 SO:1,5</p> <p>Natur joghurt (7) teljeskiőrésű kenyér (1)</p>
<p>EN:191 ZS:5,2 TZS:1,3 FH:8,1 SZH:27,0 CK:0,9 SO:0,5</p>	<p>EN:218 ZS:10,1 TZS:2,8 FH:4,9 SZH:25,8 CK:0,5 SO:0,0</p>	<p>EN:190 ZS:4,3 TZS:2,5 FH:9,4 SZH:27,1 CK:0,5 SO:0,3</p>	<p>EN:149 ZS:2,9 TZS:1,6 FH:6,5 SZH:23,3 CK:0,8 SO:0,2</p>	<p>EN:197 ZS:5,7 TZS:3,5 FH:8,9 SZH:26,4 CK:0,4 SO:0,0</p>

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kiadvány a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyag-tartalom 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 - Rádfélék; 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; szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek; * - édesítőszer tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ÓVODA (diabétesz 50 ebéd)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Hétfő		Keddi		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Fahéjas szilvaleves (1,7) * Paprikás burgonya kolbásszal (12) teljeskiörleszt kenyér: 2dkg (1) Káposztasaláta (10)		Brokkoli krémleves (1,7) Levesgyöngy (1,3,7) Sült csirkecomb filé Tészta köret (1) alma		Csontleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1,7) Főtt tojás (3) teljeskiörleszt kenyér 5dkg (1)		Rántott leves (1) Székelykáposzta (1,8) teljeskiörleszt kenyér (1) köre		Zöldborsóleves (1,3,9) Sertés pörkölt (1) Tészta köret (1) Cékla salátasaláta (10) *	
EN:441 ZS:19,9 TZS:6,8 FH:10,8 SZH:49,7 CK:5,8 SO:1,7	EN:468 ZS:19,1 TZS:4,8 FH:20,8 SZH:50,7 CK:2,9 SO:2,0	EN:482 ZS:18,1 TZS:3,6 FH:23,3 SZH:52,4 CK:6,2 SO:1,5	EN:416 ZS:13,6 TZS:2,6 FH:16,8 SZH:54,2 CK:5,6 SO:4,5	EN:472 ZS:17,7 TZS:2,9 FH:23,4 SZH:52,4 CK:1,4 SO:2,2					

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást hívásig a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés meggyorázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (fehérje; 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 - Földmogyoró; 6 - Szója; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szexámmar; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Sulfidok; 14 - Puhatestűk. * - édesítőszerrel tartalmaz.



ÉTLAPP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ÓVODA (Diabétesz 45g)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Reggeli	Kelbél	Szeletek	Csúsztorok	Pénitek
Fahéjas szilvaleves (1,7) * Paprikás burgonya kolbásszal (12) Abonett Káposztasaláta (10)	Brokkoli krémleves (1,7) Levesgyöngy (1,3;7) Sült csirkecomb-filé Bulgur-körlet (1) alma	Csontleves Levesbetét tészta (1) Párizsözelek (1,7) Főtt tojás (3) teljeskiörlesű kenyér (1)	Rántott leves (1) Szeletkáposzta (1,8) teljeskiörlesű kenyér (1) körte	Zöldborsóleves (1,3;9) Sertés párkölt (4) Tészta-körlet (1) Cékla salátája:diab (10) *
EN:422 ZS:20,0 TZS:6,8 FH:10,4 SZH:45,3 CK:5,8 SO:1,8	EN:423 ZS:15,6 TZS:4,2 FH:20,7 SZH:47,5 CK:5,4 SO:1,5	EN:456 ZS:18,0 TZS:3,6 FH:22,3 SZH:47,2 CK:6,1 SO:1,5	EN:390 ZS:13,5 TZS:2,6 FH:15,9 SZH:49,0 CK:5,5 SO:4,5	EN:448 ZS:17,7 TZS:2,8 FH:22,6 SZH:47,6 CK:1,2 SO:2,2

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosság érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés megnevezése:
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 - Rádkjékék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Csillogóanyag; 14 - Phoszfátok. * - édesítőszerrel tartalmaz.

Gasztvital

ÉTLLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

ÓVODA (daib 20-50-10)
40. hét 2023.10.02. - 2023.10.08.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Citromos tea *</p> <p>Vajkrém, magyaros (7) teljeskiőrésű kenyér (1)</p>	<p>Kakao DI (7) *</p> <p>Tavaszi felvágott BEBO margarin 35% (mini) Abonett Jégcsapretek</p>	<p>Erdei gyümölcs tea (12) *</p> <p>Vajkrém, natúr (7) teljeskiőrésű kenyér (1)</p>	<p>Forrált tej (7) BEBO margarin 35% (mini) Abonett</p>	<p>Erdei gyümölcs tea (12) *</p> <p>Kenőmájás teljeskiőrésű kenyér (1) Paradicsom</p>
<p>EN:175 ZS:7,5 TZS:4,6 FH:4,4 SZH:21,9 CK:0,8 SO:0,2</p> <p>Fahéjas szilvaleves (1;7) *</p> <p>Paprikás, burgonya kolbásszal (12) teljeskiőrésű kenyér: 2dkg (1) Káposztasaláta (10)</p>	<p>EN:233 ZS:12,0 TZS:5,0 FH:10,9 SZH:19,6 CK:0,4 SO:0,8</p> <p>Brokkoli:krémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Sült csirkecomb filé Tészta:körét (1) alma</p>	<p>EN:158 ZS:5,7 TZS:3,5 FH:4,3 SZH:21,6 CK:0,7 SO:0,2</p> <p>Gsontleves Lavesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) teljeskiőrésű kenyér 5dkg (1)</p>	<p>EN:175 ZS:7,0 TZS:0,9 FH:8,8 SZH:19,0 CK:10,2 SO:0,3</p> <p>Rántott leves (1) Székelykáposzta (1;8) teljeskiőrésű kenyér (1) köte</p>	<p>EN:154 ZS:4,2 TZS:1,7 FH:5,9 SZH:22,3 CK:0,7 SO:0,5</p> <p>Zöldborsóleves (1;3;9) Sertés:pörkölt (1) Tészta:körét (1) Cékla saláta:diab (10) *</p>
<p>EN:441 ZS:19,9 TZS:6,8 FH:10,8 SZH:49,7 CK:5,8 SO:1,7</p> <p>Szendvicssonka BEBO margarin 35% (mini) Abonett Klgyőuborka</p>	<p>EN:468 ZS:19,1 TZS:4,8 FH:20,8 SZH:50,7 CK:2,9 SO:2,0</p> <p>Zöldhagymás margarin BEBO margarin 35% (mini) Korpovit 3 db (1;12)</p>	<p>EN:482 ZS:18,1 TZS:3,6 FH:23,3 SZH:52,4 CK:6,2 SO:1,5</p> <p>Hazi húskrém (7) Abonett TV paprika</p>	<p>EN:416 ZS:13,6 TZS:2,6 FH:16,8 SZH:54,2 CK:5,6 SO:4,5</p> <p>Körözött (7) Abonett Lilahagyma</p>	<p>EN:472 ZS:17,7 TZS:2,9 FH:23,4 SZH:52,4 CK:1,4 SO:2,2</p> <p>Natur joghurt (7) Korpovit (1;12)</p>
<p>EN:111 ZS:5,1 TZS:1,4 FH:5,4 SZH:10,1 CK:0,6 SO:0,6</p>	<p>EN:150 ZS:11,4 TZS:3,5 FH:11,5 SZH:10,0 CK:0,6 SO:0,2</p>	<p>EN:110 ZS:4,2 TZS:2,5 FH:6,8 SZH:10,2 CK:0,2 SO:0,4</p>	<p>EN:95 ZS:2,9 TZS:1,6 FH:4,9 SZH:11,7 CK:0,6 SO:0,3</p>	<p>EN:136 ZS:6,6 TZS:4,0 FH:6,0 SZH:12,6 CK:0,4 SO:0,1</p>

Uzsonna

Ebéd

Tízórai

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kivételként a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), Tzs (fehérje; 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; 8 - Diófélék (mandula, magor, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szazammas; 12 - Kén-dioxid; szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalom.

Gasztvital