

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA FELSŐ

11. hét 2025.03.10. - 2025.03.16.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Zöldséges tarhonyaleves (1;9) Fejtett babfőzelék (1;7) Sertés pörkölt Félbarna kenyér (1) Alma	Magyaros gombaleves (1;3;9) Eszterházy pulykatokány (1;7;10) Párolt rizs	Paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1) Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12)	Virslis kelkáposztaleves (1;7;12) Dejő szórát (1) Főtt tészta (1)	Vajgaluska leves (1;3;7;9;12) Sült csirkecomb filé Zöldséges bulgur (1)
EN:766 ZS:25,1 TZS:6,0 FH:39,0 SZH:90,0 CK:5,7 SO:1,8	EN:735 ZS:20,0 TZS:5,2 FH:32,1 SZH:105,8 CK:0,9 SO:2,0	EN:723 ZS:22,8 TZS:2,5 FH:23,0 SZH:100,8 CK:21,3 SO:3,6	EN:692 ZS:26,8 TZS:6,8 FH:20,6 SZH:89,6 CK:18,4 SO:2,2	EN:725 ZS:30,1 TZS:6,4 FH:34,9 SZH:76,0 CK:10,4 SO:1,8

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 - Rákfélék; 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, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Gasztvital