

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (DI 40 Diétás Diabetikus 40)

12. hét 2024.03.18. - 2024.03.24.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Csirke gulyásleves (1;3;9;12) Tejberizs (7) * Alma	Köménymag leves (1) Sült csirkecomb filé Burgonyafőzelék (1;7;12)	Karalábékégleves (1;7) Bácskai rizshús	Tavaszi zöldségleves (1;3) Pulykasült Fejtett babfőzelék (1;7)	Paradicsomleves (1;9) * Brassói pulyka aprópecsenye D (1) Tepsis burgonya (12)
EN:304 ZS:7,5 TZS:1,0 FH:14,9 SZH:42,7 CK:6,1 SO:1,8	EN:685 ZS:33,7 TZS:5,3 FH:45,2 SZH:43,1 CK:0,6 SO:5,1	EN:353 ZS:12,1 TZS:1,4 FH:19,2 SZH:42,0 CK:0,9 SO:2,0	EN:830 ZS:49,1 TZS:5,7 FH:46,6 SZH:44,7 CK:4,3 SO:1,6	EN:462 ZS:18,2 TZS:2,6 FH:21,7 SZH:48,4 CK:4,2 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, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.