

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ISKOLA ALSÓ (DI 50 Diétás Diabetikus 50)

12. hét 2024.03.18. - 2024.03.24.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Csirke gulyásleves (1;3;9;12) Tejberizs *	Köménymag leves (1) Sült csirkecomb filé Burgonyafőzelék (1;7;12) teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1)	Karalábékégleves (1;7) Bácskai rizshús	Tavaszi zöldségleves (1;3) Pulykasült Fejtett babfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1)	Paradicsomleves (1;9) * Brassói pulyka aprópecsenye D (1) Tepsis burgonya (12)
EN:300 ZS:6,6 TZS:1,2 FH:11,9 SZH:47,3 CK:5,9 SO:1,8	EN:738 ZS:34,0 TZS:5,3 FH:47,2 SZH:53,4 CK:0,8 SO:5,1	EN:381 ZS:12,1 TZS:1,4 FH:20,0 SZH:48,2 CK:0,9 SO:2,0	EN:883 ZS:49,4 TZS:5,7 FH:48,5 SZH:55,0 CK:4,4 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 - Rákkfélek; 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. \* - édesítőszer tartalmaz.