

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Miskolc SZOCIÁLIS SZÜNIDEI
27. hét 2024.07.01. - 2024.07.07.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Sertés raguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat	Magyaros zellerleves (1;9;12) Bolognai spagetti sertéshúsból (1;12) Sajtsórat (7)	Köménymagos rántottleves (1) Levesgyöngy (1;3;7) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1)	Erőleves (1;9) Sültkolbász (6;10) Kelkáposzta főzelék (1;12) Teljes kiörlésű kenyér - féladag (1)	Erdei gyümölcskrémleves (1;7) Rizshús sertéshússal (12) Vegyesvágott savanyú - R
EN:1043 ZS:37,3 TZS:12,1 FH:36,0 SZH:131,1 CK:74,7 SO:3,1	EN:940 ZS:42,3 TZS:13,0 FH:37,3 SZH:101,2 CK:5,8 SO:3,2	EN:1252 ZS:69,5 TZS:16,4 FH:37,7 SZH:115,3 CK:5,8 SO:5,2	EN:778 ZS:38,9 TZS:11,8 FH:34,2 SZH:69,0 CK:4,1 SO:6,6	EN:1229 ZS:31,0 TZS:7,5 FH:44,4 SZH:188,8 CK:67,7 SO:4,6

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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Legényfogó leves csirkehúsból (1;7;9;12) Durumtészta (1) Dejós szórat (1;5;8;11;12)</p>	<p>Reszelttészta leves (1;9;12) Rakott karfiol sertéshússal (1;7)</p>	<p>Fahéjas almaleves (1;7) Debreceni Sertéstokány Bulgur (1;7) Káposztasaláta</p>	<p>Csontleves (1;3;9;12) Vagdalt pogácsa - sertés (1;3;6;8;11;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Félbarna kenyér - féladag (1) Alma</p>	<p>Zöldségkrémleves napraforgómaggal (1;5;6;7;8;11;12) Natúr csirkemáj Párolt rizs Uborkasaláta</p>
<p>EN:1210 ZS:47,7 TZS:9,3 FH:47,7 SZH:142,3 CK:35,5 SO:4,2</p>	<p>EN:1003 ZS:56,5 TZS:15,0 FH:37,1 SZH:82,7 CK:1,9 SO:3,4</p>	<p>EN:1325 ZS:57,8 TZS:16,4 FH:50,3 SZH:145,1 CK:42,8 SO:4,6</p>	<p>EN:1625 ZS:82,2 TZS:17,8 FH:57,2 SZH:155,6 CK:35,7 SO:6,9</p>	<p>EN:1111 ZS:40,7 TZS:5,9 FH:42,2 SZH:116,4 CK:7,0 SO:4,8</p>

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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Kelkáposztaleves virslivel (1;6;7;12) Darásmetélt (1) Lekvár</p>	<p>Zöldborsóleves (1;9;12) Rakott sárgarépa sertéshússal (7) Alma</p>	<p>Gyümölcsleves (1;7) Fokhagymás sertés aprópecsenye Kuskusz (1;7)</p>	<p>Orjaleves (1;9) Székelykáposzta - sertéshúsból (1;7) Fehér kenyér - féladag (1)</p>	<p>Brokkolileves (1;12) Piritott zsemlekocka (1) Mexikói szárnyastokány (1) Párolt rizs Uborkasaláta</p>
<p>EN:1141 ZS:35,9 TZS:10,0 FH:26,9 SZH:172,1 CK:62,4 SO:4,1</p>	<p>EN:896 ZS:50,5 TZS:13,9 FH:32,5 SZH:74,2 CK:1,6 SO:2,5</p>	<p>EN:1099 ZS:44,2 TZS:10,0 FH:39,7 SZH:129,5 CK:36,9 SO:3,7</p>	<p>EN:1034 ZS:50,1 TZS:10,0 FH:44,8 SZH:95,6 CK:4,6 SO:10,5</p>	<p>EN:1088 ZS:44,6 TZS:5,8 FH:39,1 SZH:132,7 CK:8,6 SO:6,4</p>

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, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Húsgaluska leves - csirkehúsból (1;3;6;7;8;9;10;11;12) Durumtészta (1) Tejfől (7) Sajtszórat (7) Fehér kenyér - féladag (1)	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Rakott zöldbab sertéshúsból (1;7) Alma Félbarna kenyér - féladag (1)	Karfiolleves (1) Sajtszórat (7)	Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Sertéspörkölt (12) Tökfőzelék (1;7) Teljes kiörlésű kenyér - féladag (1)	Őszibarackkrémleves (1;7) Fokhagymás sertés aprópecsenye Kukoricás rizs Káposztasaláta
EN:1018 ZS:36,1 TZS:13,0 FH:34,7 SZH:135,2 CK:5,3 SO:4,0	EN:1347 ZS:73,3 TZS:19,2 FH:41,8 SZH:133,9 CK:8,9 SO:5,4	EN:242 ZS:16,3 TZS:5,6 FH:11,3 SZH:11,8 CK:0,4 SO:1,3	EN:1013 ZS:58,4 TZS:12,5 FH:32,7 SZH:84,3 CK:12,3 SO:5,1	EN:1660 ZS:25,9 TZS:6,5 FH:34,3 SZH:186,9 CK:79,5 SO:5,6

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. * - édesítőszer tartalmaz.