

Gasztvital	Hétfő 02.09	Kedd 02.10	Szerda 02.11	Csütörtök 02.12	Péntek 02.13
Tízórai	Málna tea EN:30.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.5g CK:7.5g FH:0.0g SÓ:0.0g Sajtos kifli (1;7;) EN:160.5kcal ZS:3.6g SZH:23.8g FH:6.7g SÓ:0.5g	Karamellás tej (7;) EN:81.3kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:10.5g CK:10.5g FH:4.9g SÓ:0.1g Fatörzs kifli (1;3;7;) EN:244.1kcal ZS:4.8g TZS:4.1g SZH:44.9g CK:11.5g FH:6.4g SÓ:0.4g	Tej (7;) EN:87.0kcal ZS:4.2g TZS:3.0g SZH:7.5g CK:7.5g FH:4.9g SÓ:0.1g Kenőmájás (sertés) EN:43.8kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.4g Panini (1;7;) EN:138.5kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:27.0g CK:0.9g FH:4.8g SÓ:0.5g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g FH:0.4g	Citromos tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Napraforgómagos zsemle (1;) EN:162.5kcal ZS:1.9g TZS:0.2g SZH:31.0g CK:0.6g FH:4.4g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:87.0kcal ZS:4.2g TZS:3.0g SZH:7.5g CK:7.5g FH:4.9g SÓ:0.1g Szendvics sonka EN:24.8kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:0.8g CK:0.4g FH:3.0g SÓ:0.5g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Császár zsemle (1;6;) EN:152.7kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.6g
Ebéd	Felesborsó gulyás (1;3;) EN:190.2kcal ZS:4.6g TZS:1.0g SZH:20.8g CK:2.0g FH:15.0g SÓ:1.2g Tejben dara (1;7;) EN:201.2kcal ZS:7.9g TZS:4.7g SZH:26.3g CK:14.5g FH:6.4g SÓ:0.2g Kakaó szórat EN:81.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:19.8g CK:19.8g FH:0.1g SÓ:0.0g fehér kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Csontleves tésztával (1;3;7;9;10;) EN:86.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:13.8g CK:0.9g FH:4.5g SÓ:0.1g Paradicsom mártás (1;9;) EN:203.8kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:43.6g CK:28.5g FH:4.5g SÓ:0.7g Húsgombóc (sertés) (3;) EN:185.0kcal ZS:10.6g TZS:3.5g SZH:12.1g CK:0.0g FH:10.4g SÓ:0.8g Főtt burgonya 1/2 EN:56.4kcal ZS:0.1g SZH:11.0g FH:1.5g SÓ:0.2g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:66.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.3g	Kapros tökleves (1;7;) EN:107.5kcal ZS:7.9g TZS:2.3g SZH:7.5g CK:1.3g FH:1.4g SÓ:0.7g Pirított tökmag EN:43.3kcal ZS:3.7g TZS:0.7g SZH:1.4g CK:0.1g FH:2.0g SÓ:0.0g Sült csirkecomb alsó EN:121.5kcal ZS:8.3g TZS:0.3g SZH:0.6g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:0.6g Rizi-bizi EN:227.6kcal ZS:3.9g TZS:0.5g SZH:41.7g FH:6.3g SÓ:1.2g Alma befőtt EN:49.2kcal ZS:0.2g SZH:10.2g CK:9.0g FH:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g	Karalábé leves (1;3;) EN:47.2kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:7.5g CK:1.7g FH:1.5g SÓ:0.3g Carbonara spagetti (1;3;7;) EN:420.3kcal ZS:18.4g TZS:6.0g SZH:44.7g CK:2.3g FH:18.9g SÓ:2.8g Reszelt sajt (1;7;) EN:51.3kcal ZS:3.2g TZS:2.1g SZH:1.7g CK:0.0g FH:3.9g SÓ:0.3g Narancs EN:82.0kcal SZH:17.0g FH:1.2g	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:104.4kcal ZS:4.7g TZS:0.8g SZH:11.1g CK:0.3g FH:4.5g SÓ:0.0g Palóc pecsenyes (sertés) (1;) EN:134.3kcal ZS:8.1g TZS:2.3g SZH:1.8g CK:0.0g FH:12.8g SÓ:0.3g Hagymás tört burgonya EN:193.9kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:28.3g FH:3.8g SÓ:0.7g Savanyú káposzta EN:8.0kcal ZS:0.1g SZH:1.4g FH:0.4g SÓ:0.7g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g
Uzsonna	Mátrai csemege szalámi EN:72.0kcal ZS:6.7g TZS:2.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g	Natúr sajtkrém (7;) EN:20.4kcal ZS:1.3g TZS:0.9g SZH:1.5g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:0.2g fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g Mandarin EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g	Barackos túrókrém (7;) EN:49.6kcal ZS:3.3g TZS:2.0g SZH:2.6g CK:2.5g FH:2.3g SÓ:0.0g vizes zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Tojáskrém (3;7;10;) EN:37.8kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:2.4g CK:0.8g FH:2.4g SÓ:0.3g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Rágórépa EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:2.5g FH:0.4g SÓ:0.0g	Meggyes pite (1;3;6;7;) EN:315.0kcal ZS:10.0g TZS:0.0g SZH:50.0g CK:20.0g FH:4.7g SÓ:0.7g

Gasztvital	Hétfő 02.09	Kedd 02.10	Szerda 02.11	Csütörtök 02.12	Péntek 02.13
Tízórai	Málna tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Sajtos kifli (1;7;) EN:160.5kcal ZS:3.6g SZH:23.8g FH:6.7g SÓ:0.5g	Karamellás tej (7;) EN:108.4kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:14.0g CK:14.0g FH:6.6g SÓ:0.2g Fatörzs kifli (1;3;7;) EN:244.1kcal ZS:4.8g TZS:4.1g SZH:44.9g CK:11.5g FH:6.4g SÓ:0.4g	Poharas tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g Kenőmájas (sertés) EN:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.7g Panini (1;7;) EN:138.5kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:27.0g CK:0.9g FH:4.8g SÓ:0.5g Paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g FH:0.7g	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Napraforgómagos zsemle (1;) EN:162.5kcal ZS:1.9g TZS:0.2g SZH:31.0g CK:0.6g FH:4.4g SÓ:0.6g	Poharas tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g Szendvics sonka EN:37.2kcal ZS:1.6g TZS:0.7g SZH:1.2g CK:0.6g FH:4.5g SÓ:0.8g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Császár zsemle (1;6;) EN:152.7kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.6g
Ebéd	Felesborsó gulyás (1;3;) EN:212.2kcal ZS:4.7g TZS:1.0g SZH:24.7g CK:2.7g FH:16.3g SÓ:1.6g Tejben dara (1;7;) EN:327.7kcal ZS:14.2g TZS:8.4g SZH:40.0g CK:24.5g FH:10.2g SÓ:0.3g Kakaó szórat EN:122.9kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:29.6g CK:29.5g FH:0.1g SÓ:0.0g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Csontleves tésztával (1;3;7;9;10;) EN:120.6kcal ZS:1.2g TZS:0.3g SZH:19.8g CK:1.2g FH:6.1g SÓ:0.2g Paradicsom mártás (1;9;) EN:222.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:46.8g CK:31.3g FH:5.4g SÓ:0.9g Húsgombóc (sertés) (3;) EN:241.0kcal ZS:13.8g TZS:4.3g SZH:16.4g CK:0.0g FH:12.9g SÓ:1.1g Főtt burgonya 1/2 EN:65.8kcal ZS:0.1g SZH:12.9g FH:1.8g SÓ:0.2g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Kapros tökleves (1;7;) EN:139.8kcal ZS:9.5g TZS:2.6g SZH:11.1g CK:1.4g FH:2.0g SÓ:0.9g Pirított tökmag EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g Sült csirkecomb felső EN:286.5kcal ZS:22.9g TZS:6.9g SZH:0.6g CK:0.0g FH:18.2g SÓ:1.1g Rizi-bizi EN:323.7kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:58.5g FH:9.0g SÓ:1.2g Alma befőtt EN:57.4kcal ZS:0.2g SZH:11.9g CK:10.5g FH:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g	Karalábé leves (1;3;) EN:68.7kcal ZS:1.6g TZS:0.2g SZH:10.7g CK:2.3g FH:2.3g SÓ:0.4g Carbonara spagetti (1;3;7;) EN:580.0kcal ZS:23.2g TZS:7.2g SZH:68.7g CK:3.0g FH:23.8g SÓ:3.1g Reszelt sajt (1;7;) EN:54.7kcal ZS:3.3g TZS:2.1g SZH:2.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:0.3g Narancs EN:143.5kcal SZH:29.7g FH:2.1g	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:190.7kcal ZS:7.1g TZS:1.1g SZH:22.9g CK:0.5g FH:6.5g SÓ:0.0g Palóc pecsenyes (sertés) (1;) EN:189.9kcal ZS:11.8g TZS:3.3g SZH:2.6g CK:0.0g FH:17.2g SÓ:0.4g Hagymás tört burgonya EN:338.5kcal ZS:11.6g TZS:1.2g SZH:46.8g FH:6.4g SÓ:1.0g Savanyú káposzta EN:14.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g FH:0.8g SÓ:1.3g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g
Uzsonna	Mátrai csemege szalámi EN:96.0kcal ZS:9.0g TZS:3.8g SZH:0.2g CK:0.1g FH:3.6g SÓ:0.6g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Kígyóuborka EN:6.0kcal ZS:0.1g SZH:0.9g FH:0.5g	Natúr sajtkrém (7;) EN:24.5kcal ZS:1.6g TZS:1.1g SZH:1.8g CK:1.0g FH:0.7g SÓ:0.2g fehér kenyér (1;6;) EN:144.6kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:28.8g CK:1.0g FH:5.2g SÓ:0.9g Mandarin EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g	Barackos túrókrém (7;) EN:66.9kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:3.6g CK:3.5g FH:3.5g SÓ:0.0g vizes zsemle (1;) EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	Tojáskrém (3;7;10;) EN:52.4kcal ZS:2.8g TZS:1.0g SZH:3.2g CK:1.1g FH:3.4g SÓ:0.4g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Rágórépa EN:16.0kcal ZS:0.0g SZH:3.3g FH:0.5g SÓ:0.0g	Meggyes pite (1;3;6;7;) EN:315.0kcal ZS:10.0g TZS:0.0g SZH:50.0g CK:20.0g FH:4.7g SÓ:0.7g

ÉTLAP		info@gasztvital.hu gasztvital.hu		Középiskola KÖZ		7.hét 2026.02.09.-2026.02.15.	
Gasztvital		Hétfő 02.09	Kedd 02.10	Szerda 02.11	Csütörtök 02.12	Péntek 02.13	
Reggeli	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Karamellás tej (7;) EN:135.5kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:17.5g CK:17.5g FH:8.3g SÓ:0.3g	Tej 1/2 (7;) EN:72.5kcal ZS:3.5g TZS:2.5g SZH:6.3g CK:6.3g FH:4.1g SÓ:0.1g	Vaníliás tej (7;) EN:142.3kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:19.2g CK:17.5g FH:8.3g SÓ:0.3g	Tej 1/2 (7;) EN:72.5kcal ZS:3.5g TZS:2.5g SZH:6.3g CK:6.3g FH:4.1g SÓ:0.1g		
	Kenőmájás (sertés) EN:87.6kcal ZS:7.4g TZS:3.3g SZH:1.7g CK:0.5g FH:3.6g SÓ:0.9g	Szívsonka EN:232.2kcal ZS:18.1g TZS:7.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:17.4g SÓ:2.5g	Erdei gyümölcs tea 1/2 EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:6.5g FH:0.0g SÓ:0.0g	Ízes bukta (1;3;6;7;) EN:153.6kcal ZS:3.6g TZS:1.5g SZH:28.0g CK:7.5g FH:3.7g SÓ:0.2g	Citromos tea 1/2 EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g		
	lenmagos zsemle (1;) EN:322.0kcal ZS:3.5g TZS:0.2g SZH:61.0g CK:1.0g FH:8.8g SÓ:1.3g	margarin EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SÓ:0.1g	Körözött (7;) EN:91.5kcal ZS:5.8g TZS:4.0g SZH:2.2g CK:2.1g FH:7.3g SÓ:0.4g	Túrós táska (1;6;7;) EN:350.0kcal ZS:15.0g TZS:7.6g SZH:50.0g CK:16.0g FH:5.7g SÓ:0.1g	Bundás kenyér (1;3;6;) EN:415.2kcal ZS:20.0g TZS:2.4g SZH:48.0g CK:1.6g FH:9.3g SÓ:2.5g		
	Kígyóborka EN:7.2kcal ZS:0.1g SZH:1.0g FH:0.6g	Teljeskiőrlésű kifli (1;3;6;7;10;) EN:307.0kcal ZS:4.1g TZS:1.7g SZH:57.0g CK:2.7g FH:8.0g SÓ:0.9g	Kifli (1;7;) EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g	Jégcsapretek EN:9.0kcal ZS:0.1g SZH:1.3g FH:0.8g	Jégcsapretek EN:9.0kcal ZS:0.1g SZH:1.3g FH:0.7g		
Ebéd	Felesborsó gulyás (1;3;) EN:241.5kcal ZS:4.0g TZS:0.9g SZH:31.1g CK:3.6g FH:18.7g SÓ:1.7g	Csontleves tésztával (1;3;7;9;10;) EN:127.8kcal ZS:1.3g TZS:0.4g SZH:20.7g CK:1.3g FH:6.5g SÓ:0.2g	Kapros tökleves (1;7;) EN:168.2kcal ZS:11.6g TZS:3.5g SZH:13.1g CK:1.9g FH:2.5g SÓ:1.0g	Karalábé leves (1;3;) EN:52.5kcal ZS:2.0g TZS:0.2g SZH:6.0g CK:3.3g FH:1.7g SÓ:0.5g	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:174.3kcal ZS:6.2g TZS:0.8g SZH:23.0g CK:0.5g FH:4.6g SÓ:0.0g		
	Tejben dara (1;7;) EN:385.7kcal ZS:17.0g TZS:10.4g SZH:45.0g CK:29.5g FH:13.5g SÓ:0.4g	Paradicsom mártás (1;9;) EN:309.6kcal ZS:10.1g TZS:1.1g SZH:47.6g CK:31.3g FH:5.5g SÓ:1.0g	Pirított tökmag EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g	Carbonara spagetti (1;3;7;) EN:615.7kcal ZS:23.0g TZS:7.6g SZH:75.4g CK:3.1g FH:26.5g SÓ:3.5g	Palóc pecsenyes (sertés) (1;) EN:255.6kcal ZS:16.4g TZS:4.6g SZH:2.9g CK:0.0g FH:22.6g SÓ:0.5g		
	Kakaó szórát EN:122.9kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:29.6g CK:29.5g FH:0.1g SÓ:0.0g	Húsgombóc (sertés) (3;) EN:282.3kcal ZS:17.3g TZS:5.3g SZH:16.4g CK:0.0g FH:15.3g SÓ:1.2g	Sült csirkecomb felső EN:312.4kcal ZS:23.4g TZS:8.2g SZH:0.7g CK:0.0g FH:23.2g SÓ:0.4g	Reszelt sajt (1;7;) EN:73.0kcal ZS:4.3g TZS:2.8g SZH:3.1g CK:0.0g FH:5.4g SÓ:0.4g	Hagymás tört burgonya EN:387.5kcal ZS:11.7g TZS:1.2g SZH:56.4g FH:7.7g SÓ:1.1g		
	fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g	Főtt burgonya 1/2 EN:75.2kcal ZS:0.2g SZH:14.7g FH:2.0g SÓ:2.9g	Rizi-bizi EN:364.2kcal ZS:6.6g TZS:0.8g SZH:65.8g FH:10.1g SÓ:1.4g	Narancs EN:143.5kcal SZH:29.7g FH:2.1g	Savanyú káposzta EN:16.0kcal ZS:0.2g SZH:2.7g FH:0.9g SÓ:1.4g		
Vacsora	alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	Alma befőtt EN:65.6kcal ZS:0.2g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.2g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g			
	Chilis bab sertéshússal (1;) EN:445.6kcal ZS:17.1g TZS:5.8g SZH:45.5g CK:5.4g FH:27.5g SÓ:1.5g	Zúza pörkölt EN:147.5kcal ZS:7.9g TZS:1.1g SZH:3.3g FH:14.5g SÓ:1.5g	Gombás-szalámis pizza (1;7;) EN:613.2kcal ZS:33.6g TZS:11.1g SZH:54.9g CK:1.5g FH:21.9g SÓ:2.1g	Sertéshúsos rakott burgonya (3;7;) EN:496.8kcal ZS:24.1g TZS:7.9g SZH:48.8g CK:0.6g FH:19.5g SÓ:1.5g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g		
	Rizs köret 1/2 EN:279.5kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:54.3g FH:6.5g SÓ:0.6g	Bulgur köret (1;) EN:299.8kcal ZS:3.6g TZS:0.2g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.9g	Mandarin EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g	Cékla saláta (10;) EN:16.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.3g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g		
	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g	Csemege uborka * (10;) EN:10.4kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:1.2g FH:0.8g SÓ:1.6g	fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g				

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRADI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Lapszám: 1 / 1

Nyomtatva: 2026.01.21. 8:58