ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Szociális házhozszállítás

45.hét 2026.11.02.-2026.11.08.

Gasztvitál

	Hétfő 11.02	Kedd 11.03	Szerda 11.04	Csütörtök 11.05	Péntek 11.06	Szombat 11.07	Vasárnap 11.08
Ebéd A	**Sertés gulyásleves (1;3;9;12;)** EN:254.2kcal ZS:12.5g TZS:2.7g SZH:17.2g CK:0.0g FH:16.3g SÓ:0.7g **Tejberizs (7;)** EN:491.3kcal ZS:7.3g TZS:4.6g SZH:101.2g CK:31.5g FH:15.6g SÓ:0.4g **Kakaó szórat** EN:71.9kcal ZS:0.9g TZS:0.5g SZH:13.0g CK:12.0g FH:1.9g SÓ:0.1g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Tojásleves (1;3;)** EN:130.4kcal ZS:9.5g TZS:1.5g SZH:7.4g CK:0.0g FH:3.5g SÓ:0.5g **Főtt sertésvirsli** EN:279.3kcal ZS:23.2g TZS:9.5g SZH:3.4g FH:14.4g SÓ:2.5g **Finomfőzelék (1;7;)** EN:357.8kcal ZS:14.0g TZS:4.0g SZH:43.1g CK:12.8g FH:12.2g SÓ:1.0g **Teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;)** EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g	**Fahéjas szilvaleves (1;7;12;)** EN:171.8kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:29.6g CK:23.2g FH:2.5g SÓ:0.0g **Gyros csirkemell csíkok** EN:213.7kcal ZS:13.2g TZS:2.4g SZH:2.0g CK:1.1g FH:19.9g SÓ:1.4g **Petrezselymes rizs** EN:499.1kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:96.9g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:0.5g **Tzatziki (7;)** EN:14.5kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:1.7g CK:0.3g FH:1.1g SÓ:0.4g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**100%-os gyümölcslé** EN:90.0kcal SZH:22.0g CK:22.0g SÓ:0.0g **Eszterházy csirkeragu (1;7;9;10;12;)** EN:286.1kcal ZS:15.2g TZS:5.5g SZH:11.8g CK:3.7g FH:22.5g SÓ:1.1g **Bulgur köret (1;)** EN:501.5kcal ZS:10.1g TZS:1.3g SZH:83.2g CK:2.6g FH:15.0g SÓ:0.5g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Vajgaluska leves (1;3;9;12;)** EN:180.9kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:22.2g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g **Tejszínes halragu (7;)** EN:167.2kcal ZS:11.8g TZS:2.2g SZH:6.6g CK:2.8g FH:12.6g SÓ:1.2g **Főtt tészta (1;)** EN:428.7kcal ZS:9.8g TZS:1.3g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.6g **Sajt szórat (1;7;)** EN:125.6kcal ZS:8.6g TZS:5.6g SZH:2.1g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.8g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Köménymag leves (1;)** EN:98.7kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:6.2g CK:0.0g FH:0.9g SÓ:0.4g **Pirított kenyérkocka (1;)** EN:81.6kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:16.6g CK:0.8g FH:2.7g SÓ:0.1g **Narancsos-rozmaringos sült csirkecombfilé (1;)** EN:288.5kcal ZS:13.9g TZS:2.5g SZH:13.2g CK:6.1g FH:26.4g SÓ:0.9g **Hagymás tört burgonya (12;)** EN:288.7kcal ZS:6.0g TZS:0.6g SZH:46.8g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:0.5g **Cékla saláta (10;)** EN:16.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.3g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Húsleves** EN:71.1kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:7.2g CK:2.4g FH:6.4g SÓ:1.0g **Levesbetét tészta (1;)** EN:95.1kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.1g **Borsos sertés tokány (1;)** EN:272.5kcal ZS:16.4g TZS:3.8g SZH:5.5g CK:0.0g FH:24.0g SÓ:0.5g **Rizs köret** EN:359.8kcal ZS:6.0g TZS:0.6g SZH:69.3g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.6g **Csemege uborka * (10;)** EN:10.4kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:1.2g FH:0.8g SÓ:1.6g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g
Ebéd B	**Hamis gulyásleves (1;3;9;12;)** EN:259.6kcal ZS:11.6g TZS:1.5g SZH:30.4g CK:0.4g FH:5.6g SÓ:0.6g **Tejberizs (7;)** EN:491.3kcal ZS:7.3g TZS:4.6g SZH:101.2g CK:31.5g FH:15.6g SÓ:0.4g **Kakaó szórat** EN:71.9kcal ZS:0.9g TZS:0.5g SZH:13.0g CK:12.0g FH:1.9g SÓ:0.1g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Tojásleves (1;3;)** EN:130.4kcal ZS:9.5g TZS:1.5g SZH:7.4g CK:0.0g FH:3.5g SÓ:0.5g **Csőben sült zöldbab (1;3;7;)** EN:248.0kcal ZS:12.3g TZS:6.0g SZH:26.9g CK:7.0g FH:13.6g SÓ:1.7g **Teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;)** EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g	**Fahéjas szilvaleves (1;7;12;)** EN:171.8kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:29.6g CK:23.2g FH:2.5g SÓ:0.0g **Gyros tofu (6;)** EN:232.7kcal ZS:17.3g TZS:2.4g SZH:2.7g CK:1.5g FH:15.4g SÓ:1.3g **Petrezselymes rizs** EN:499.1kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:96.9g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:0.5g **Tzatziki (7;)** EN:14.5kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:1.7g CK:0.3g FH:1.1g SÓ:0.4g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**100%-os gyümölcslé** EN:90.0kcal SZH:22.0g CK:22.0g SÓ:0.0g **Eszterházy zöldségragu (1;7;9;10;12;)** EN:151.9kcal ZS:10.7g TZS:2.8g SZH:10.9g CK:2.3g FH:2.4g SÓ:1.1g **Bulgur köret (1;)** EN:501.5kcal ZS:10.1g TZS:1.3g SZH:83.2g CK:2.6g FH:15.0g SÓ:0.5g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Vajgaluska leves (1;3;9;12;)** EN:180.9kcal ZS:8.0g TZS:2.2g SZH:22.2g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g **Tejszínes halragu (7;)** EN:167.2kcal ZS:11.8g TZS:2.2g SZH:6.6g CK:2.8g FH:12.6g SÓ:1.2g **Főtt tészta (1;)** EN:428.7kcal ZS:9.8g TZS:1.3g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.6g **Sajt szórat (1;7;)** EN:125.6kcal ZS:8.6g TZS:5.6g SZH:2.1g CK:0.0g FH:10.2g SÓ:0.8g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Köménymag leves (1;)** EN:98.7kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:6.2g CK:0.0g FH:0.9g SÓ:0.4g **Pirított kenyérkocka (1;)** EN:81.6kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:16.6g CK:0.8g FH:2.7g SÓ:0.1g **Brassói borsóragu (12;)** EN:468.9kcal ZS:13.5g TZS:1.9g SZH:62.2g CK:0.0g FH:14.8g SÓ:0.7g **Pirított burgonya (12;)** EN:311.8kcal ZS:7.0g TZS:0.7g SZH:49.7g CK:0.0g FH:6.8g SÓ:0.6g **Cékla saláta (10;)** EN:16.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.3g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	**Húsleves** EN:71.1kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:7.2g CK:2.4g FH:6.4g SÓ:1.0g **Levesbetét tészta (1;)** EN:95.1kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.1g **Gombapaprikás (7;)** EN:147.7kcal ZS:8.5g TZS:1.8g SZH:9.4g CK:1.7g FH:7.9g SÓ:1.1g **Galuska köret (1;3;)** EN:462.9kcal ZS:21.5g TZS:2.8g SZH:52.8g CK:1.4g FH:11.6g SÓ:2.4g **Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g

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(kálcium: 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-Szezámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.

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

Nyomtatva: 2026.09.21. 9:32

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Szociális házhozszállítás

45.hét 2026.11.02.-2026.11.08.

Gasztvitál

	Hétfő 11.02	Kedd 11.03	Szerda 11.04	Csütörtök 11.05	Péntek 11.06	Szombat 11.07	Vasárnap 11.08
Ebéd B						**Félbarna kenyér (1;)** EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	

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(kálcium: 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-Szezámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.

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

Nyomtatva: 2026.09.21. 9:32