

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.		Tejmentes		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.08.31 Hétfő	2026.09.01 Kedd	2026.09.02 Szerda	2026.09.03 Csütörtök	2026.09.04 Péntek	
Tea - gyümölcsös, Teljes őrlésű kenyér¹, csemege szalámi, margarin E: 336kcal, E: 1 406KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 8g, CH: 38g, Só: 1,1g, Ca: 22mg, Cuk.: 9g	Zsemle¹, Tea, Allergén mentes felvágott, margarin E: 214kcal, E: 897KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 35g, Só: 0,5g, Ca: 11mg, Cuk.: 13g	Zsemle¹, gépsonka, Tea - citromos, margarin E: 240kcal, E: 1 002KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 33g, Só: 0,8g, Ca: 21mg, Cuk.: 11g	Tea, Teljes őrlésű kenyér¹, Kigyó uborka, Allergén mentes felvágott, margarin E: 350kcal, E: 1 465KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 9g, CH: 35g, Só: 1,0g, Ca: 22mg, Cuk.: 6g	Párizsi⁶, Tea, korpás kenyér¹, sárgarépa friss tisz., margarin E: 293kcal, E: 1 234KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 7g, CH: 38g, Só: 1,2g, Ca: 12mg, Cuk.: 7g	
Magyaros burgonya⁹leves, Gyümölcs, Zöldborsó főzelék DIAB GM TM, Pulykapörkölt feltét E: 607kcal, E: 2 538KJ, Zsír: 32g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 21g, CH: 57g, Só: 1,1g, Ca: 123mg, Cuk.: 13g	Aranyló jércелеves csigatészta⁹val, Milánói ragu, Tészta köret E: 477kcal, E: 1 997KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 17g, CH: 63g, Só: 3,3g, Ca: 23mg, Cuk.: 3g	Lencseleves zöldséges¹⁰, Alma, Csikóstokány, Párolt rizs E: 817kcal, E: 3 396KJ, Zsír: 47g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 28g, CH: 90g, Só: 3,8g, Ca: 69mg, Cuk.: 8g	Vegyes gyümölcsleves GM, TM, Rostonsült csirkemell, Petrezselymes burgonya, Csemege uborka E: 509kcal, E: 2 132KJ, Zsír: 14g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 31g, CH: 64g, Só: 0,8g, Ca: 355mg, Cuk.: 2g	Palócleves pulykából GM, TM, Káposztás tészta diab¹ E: 503kcal, E: 2 106KJ, Zsír: 27g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 20g, CH: 42g, Só: 5,2g, Ca: 111mg, Cuk.: 29g	
korpás zsemle¹, Zöldáru paprika, Allergén mentes felvágott E: 160kcal, E: 669KJ, Zsír: 2g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 10g, CH: 25g, Só: 0,6g, Ca: 15mg, Cuk.: 1g	Csirkemellsonka⁶, Teljes őrlésű kenyér¹, paradicsom, margarin E: 250kcal, E: 1 046KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 30g, Só: 1,0g, Ca: 24mg, Cuk.: 1g	Lilahagyma, búza kenyér^{1,6}, Allergén mentes felvágott, margarin E: 257kcal, E: 458KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 30g, Só: 0,6g, Ca: 5mg, Cuk.: 1g	Zsemle¹, Allergén mentes felvágott, margarin E: 190kcal, E: 795KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 29g, Só: 0,5g, Ca: 11mg, Cuk.: 7g	Tönkölyös péksütemény E: 68kcal, E: 285KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: g, Feh.: 3g, CH: 8g, Só: 0,0g, Ca: mg, Cuk.: g	

Allergének:

1. Glutén tartalmazo gabona 2. Rákfelek és azokból készült termékek 3. Tojas és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietás étkezelést biztosítunk. Kérjük, a dietás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzettel, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnevezésüket, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (energia/Ekcal/adag), SZH (szénhidr./g/adag), ZSÍR (zsírtartalom/g/adag), FEH (fehérjeteremt./g/adag)