

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.		Tejmentes		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.09.21 Hétfő	2026.09.22 Kedd	2026.09.23 Szerda	2026.09.24 Csütörtök	2026.09.25 Péntek	
Teljes őrlésű kenyér reggelihez, uzsonnához¹, Tea- erdei gyümölcs, margarin, csemege szalámi E: 322kcal, E: 1 349KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 8g, CH: 35g, Só: 1,1g, Ca: 22mg, Cuk.: 0g	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	Tea, Teljes őrlésű kenyér¹, Allergén mentes felvágott, margarin E: 276kcal, E: 1 154KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 34g, Só: 1,0g, Ca: 19mg, Cuk.: 6g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez, uzsonnához¹, Zöldáru paprika, Tea- gyümölcsös, Allergén mentes felvágott, margarin E: 292kcal, E: 1 223KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 38g, Só: 1,0g, Ca: 21mg, Cuk.: 10g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez, uzsonnához¹, Soproni felvágott, Tea, paradicsom, margarin E: 249kcal, E: 1 039KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 4g, CH: 35g, Só: 0,9g, Ca: 21mg, Cuk.: 6g	
Burgonyaleves zöldséges⁹, Gyümölcs, Jóasszony csirke ragu, Párolt rizs E: 578kcal, E: 2 418KJ, Zsír: 28g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 25g, CH: 78g, Só: 0,8g, Ca: 43mg, Cuk.: 8g	Tarhonyaleves, Paradicsomos káposztafőzelék GM, Csirkepörkölt E: 458kcal, E: 1 918KJ, Zsír: 22g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 20g, CH: 46g, Só: 4,6g, Ca: 57mg, Cuk.: 16g	Erőleves⁹, Gyümölcs, Pincepörkölt pulykából, csalamádé édesítőszerrel E: 504kcal, E: 2 111KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 37g, CH: 53g, Só: 2,8g, Ca: 88mg, Cuk.: 15g	Almaleves DIAB, GLUTÉN- ÉS TEJMENTES, Rostonsült csirkemell, Kukoricás rizs, Csemege uborka E: 540kcal, E: 2 259KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 32g, CH: 79g, Só: 0,8g, Ca: 155mg, Cuk.: 6g	Babgulyás pulykából GM, Tejberizs Diab, TM E: 389kcal, E: 1 629KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 18g, CH: 57g, Só: 1,6g, Ca: 64mg, Cuk.: 2g	
Zsemle¹, Kigyó uborka, Allergén mentes felvágott, margarin E: 192kcal, E: 802KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 29g, Só: 0,5g, Ca: 13mg, Cuk.: 7g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez, uzsonnához¹, Zala felvágott⁶, sárgarépa friss tisz., margarin E: 276kcal, E: 1 153KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 8g, CH: 30g, Só: 1,2g, Ca: 30mg, Cuk.: 1g	Magos zsemle¹, Lilahagyma, csirkemell sonka⁶, margarin E: 405kcal, E: 1 697KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 16g, CH: 48g, Só: 0,1g, Ca: 8mg, Cuk.: 2g	Teljes kiőrlésű zsemle¹, Párizsi⁶, margarin E: 235kcal, E: 985KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 6g, CH: 26g, Só: 0,7g, Ca: 5mg, Cuk.: 0g	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. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás 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. Csillagfű

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietetikus étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzettel, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidrát/adag), ZSIR(zsír/tartalom/g/adag), FEH(fehérje/tartalom/g/adag)