

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.		Tejmentes		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.09.28 Hétfő	2026.09.29 Kedd	2026.09.30 Szerda	2026.10.01 Csütörtök	2026.10.02 Péntek	
Paprikás szalámi, Tea - citromos, korpás kenyér¹ E: 213kcal, E: 899KJ, Zsír: 5g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 35g, Só: 1,1g, Ca: 4mg, Cuk.: 4g	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, Zala felvágott⁶, Tea - gyümölcsös, margarin E: 246kcal, E: 1 029KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 8g, CH: 38g, Só: 0,7g, Ca: 15mg, Cuk.: 16g	Tea, Méz, búza kenyér^{1,6}, margarin E: 290kcal, E: 596KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 6g, CH: 47g, Só: 0,5g, Ca: 0mg, Cuk.: 6g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez, uzsonnához¹, Tonhalkrém¹⁰, Tea, paradicsom E: 259kcal, E: 1 085KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 5g, CH: 35g, Só: 1,1g, Ca: 22mg, Cuk.: 6g	
Zellerkrémleves GLUTÉN-, TEJ- ÉS TOJÁSMENTES⁹, Gyümölcs, Tavaszi rizseshús sertéshúsból E: 561kcal, E: 2 350KJ, Zsír: 21g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 23g, CH: 67g, Só: 2,0g, Ca: 214mg, Cuk.: 11g	Zöldségleves tésztával, Mexikói bab E: 463kcal, E: 1 945KJ, Zsír: 25g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 18g, CH: 38g, Só: 0,4g, Ca: 52mg, Cuk.: 7g	Vegyes gyümölcsleves GM, TM, Gyümölcs, Milánói ragu, Tészta köret E: 675kcal, E: 2 823KJ, Zsír: 24g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 18g, CH: 95g, Só: 3,3g, Ca: 345mg, Cuk.: 10g	Csirkeragu leves tej, tojás mentes⁹, Zöldborsó főzelék DIAB GM TM, Pulyka aprópecsenye E: 547kcal, E: 2 291KJ, Zsír: 26g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 37g, CH: 39g, Só: 3,8g, Ca: 117mg, Cuk.: 8g	Gulyásleves DIÉTÁS, GM⁹, Káposztás kocka^{1,3} E: 570kcal, E: 2 402KJ, Zsír: 19g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 18g, CH: 83g, Só: 3,1g, Ca: 59mg, Cuk.: 20g	
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, Zöldáru paprika, löncs felvágott⁶, margarin E: 276kcal, E: 1 154KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 7g, CH: 29g, Só: 1,2g, Ca: 23mg, Cuk.: 0g	Lilahagyma, korpás kenyér¹, Allergén mentes felvágott, margarin E: 259kcal, E: 1 090KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 32g, Só: 0,8g, Ca: 5mg, Cuk.: 1g	Zsemle¹, Olasz felvágott⁶, sárgarépa friss tiszt., margarin E: 299kcal, E: 1 250KJ, Zsír: 21g, Tel.zsír.: 7g, Feh.: 10g, CH: 30g, Só: 0,9g, Ca: 21mg, Cuk.: 8g	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 gaborta 2. Rakfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójaab 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 étkezési tanácsot adunk. Kérjük, a dietális étlapról és allergénekéről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, 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), ZSÍR (zsír/tartalom/g/adag), FEH (fehérje/tartalom/g/adag)