

ÉTLAP

Glutén	Glutén		2026. október 1 - 2026. október 30
2026.10.19 Hétfő	2026.10.20 Kedd	2026.10.21 Szerda	2026.10.22 Csütörtök
puffasztott rizs, Szalámi paprikás, Tea, margarin E: 381kcal, E: 1 592KJ, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 12g, CH: 51g, Só: 0,4g, Ca: 35mg, Cuk.: 8g	puffasztott rizs, Tea, Allergén mentes felvágott, margarin E: 366kcal, E: 1 530KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 51g, Só: 0,1g, Ca: 31mg, Cuk.: 8g	puffasztott rizs, Tea - citromos, Kigyó uborka, Allergén mentes felvágott E: 288kcal, E: 1 206KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 14g, CH: 50g, Só: 0,1g, Ca: 34mg, Cuk.: 7g	puffasztott rizs, póréahagyma, Tej, párizsi, margarin E: 463kcal, E: 1 937KJ, Zsír: 16g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 20g, CH: 57g, Só: 0,5g, Ca: 302mg, Cuk.: 4g
Tarhonyaleves, Gyümölcs, Zöldbabfőzelék GM, TM, Csirkepörkölt E: 506kcal, E: 2 117KJ, Zsír: 28g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 22g, CH: 42g, Só: 2,7g, Ca: 90mg, Cuk.: 9g	Húsleves tészta nélkül, Gyümölcsös puliszka E: 517kcal, E: 2 163KJ, Zsír: 27g, Tel.zsír.: 8g, Feh.: 19g, CH: 48g, Só: 3,9g, Ca: 167mg, Cuk.: 20g	Vegyes gyümölcsleves, Gyümölcs, Borsos tokány, Petrezselymes burgonya, csalamádé édesítőszerrel E: 691kcal, E: 2 896KJ, Zsír: 29g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 31g, CH: 73g, Só: 3,3g, Ca: 365mg, Cuk.: 34g	Karfiolleves DIÉTÁS, GM, TM, Pincepörkölt sertésből, Csemege uborka E: 445kcal, E: 1 864KJ, Zsír: 21g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 20g, CH: 42g, Só: 4,3g, Ca: 104mg, Cuk.: 5g
Abonett GM, paradicsom, Snidlinges vajkrém E: 321kcal, E: 1 351KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 11g, CH: 41g, Só: 0,7g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Retek, margarin, Allergén mentes felvágott E: 347kcal, E: 1 463KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 40g, Só: 0,8g, Ca: mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Flora margarin, Allergén mentes felvágott E: 309kcal, E: 1 304KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 15g, CH: 39g, Só: 0,8g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, kenőmájás E: 313kcal, E: 1 319KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 14g, CH: 40g, Só: 1,2g, Ca: 3mg, Cuk.: g

Allergének:
1. Glutént tartalmazó 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. Szójaabab 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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietetikus étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a dietétikus 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(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsír/tartalom:g/adag), FEH(fehérje/tartalom:g/adag)

MealPlanner / Tex and Co Network Kft. www.texandco.hu