

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. november 1 - 2026. december 4	
2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	
Abonett GM, Tea - citromos, csemege szalámi, margarin E: 410kcal, E: 1 725KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 14g, CH: 44g, Só: 0,9g, Ca: 3mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 4g	Abonett GM, Tea, margarin, Allergén mentes felvágott E: 369kcal, E: 1 556KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 45g, Só: 0,8g, Ca: 0mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 6g	Abonett GM, Zöldséges felvágott Tauris₆, Tea, sárgarépa friss tiszt., margarin E: 418kcal, E: 1 759KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 15g, CH: 47g, Só: 1,5g, Ca: 17mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	Abonett GM, Tea - gyümölcsös, margarin, Allergén mentes felvágott E: 383kcal, E: 1 613KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 49g, Só: 0,8g, Ca: 0mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 9g	Abonett GM, Zöldáru pórégagyma, Párizsi₆, Tea, margarin E: 387kcal, E: 1 630KJ, Zsír: 14g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 13g, CH: 46g, Só: 1,2g, Ca: 22mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	
Pulykaraguleves, Alma, Burgonyafőzelék DIÉTÁS, GM, TM, Csirkepörkölt E: 600kcal, E: 2 510KJ, Zsír: 31g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 32g, CH: 45g, Só: 4,4g, Ca: 81mg, Ca (tej): 20mg, Cuk.: 12g	Zöldségleves tészta nélkül, rizseshús pulykahúsból, csalamádé E: 416kcal, E: 1 740KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 20g, CH: 50g, Só: 4,2g, Ca: 71mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g	Köménymaglesves, Gyümölcs, Csikóstokány, Tészta köret E: 696kcal, E: 2 917KJ, Zsír: 39g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 17g, CH: 70g, Só: 1,8g, Ca: 27mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 10g	Meggyleves GM, TM, Rostonsült csirkemell, Karottás rizs E: 476kcal, E: 1 997KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 30g, CH: 58g, Só: 101,1g, Ca: 55mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 13g	Babgulyás pulykából GM, Mákos tészta GM_{5,8,11} E: 607kcal, E: 2 545KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 20g, CH: 79g, Só: 4,1g, Ca: 205mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 18g	
puffasztott rizs, Zöldáru paprika, Zöldségkrém E: 324kcal, E: 1 355KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 10g, CH: 48g, Só: 0,2g, Ca: 40mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 3g	puffasztott rizs, Kigó uborka, margarin, Allergén mentes bécsi felvágott E: 343kcal, E: 1 435KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 46g, Só: 0,1g, Ca: 34mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 3g	puffasztott rizs, Padlizsánkrém DIÉTÁS, TEJMENTES E: 283kcal, E: 1 183KJ, Zsír: 6g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 47g, Só: 0,2g, Ca: 47mg, Ca (tej): 13mg, Cuk.: 4g	puffasztott rizs, Lilahagyma, Flora margarin, csirkemell sonka₆ E: 307kcal, E: 1 282KJ, Zsír: 6g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 14g, CH: 48g, Só: 0,2g, Ca: 40mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 4g	puffasztott rizs, Allergén mentes felvágott, margarin E: 341kcal, E: 1 427KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 45g, Só: 0,1g, Ca: 31mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 2g	

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. 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!

Dietetikus étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a dietás étlapról és allergénekről 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), ZSIR(zsirtartalom/g/adag), FEH(fehérjetartalom/g/adag)

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