

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. november 1 - 2026. december 4	
2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	
puffasztott rizs, Tea-málnás, csemege szalámi, margarin E: 414kcal, E: 1 729KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 13g, CH: 52g, Só: 0,2g, Ca: 34mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 9g	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, Ca (tej): mg, 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, Ca (tej): mg, 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, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	puffasztott rizs, Pulyka felvágott, Tea - gyümölcsös, margarin E: 371kcal, E: 1 549KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 13g, CH: 56g, Só: 0,5g, Ca: 46mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 12g	
Paradicsomleves GM, DIÉTÁS⁹, Gyümölcs, Szárnyas rizottó sajt nélkül E: 506kcal, E: 2 120KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 23g, CH: 63g, Só: 3,5g, Ca: 42mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 9g	Erőleves⁹, Parajfőzelék GLUTÉN- ÉS TEJMENTES, Natúr csirkemell E: 470kcal, E: 1 967KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 26g, CH: 50g, Só: 2,5g, Ca: 211mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 5g	Őszibarack krémleves GM⁷, Gyümölcs, Csirkepörkölt, Tészta köret, Csemege uborka édesítőszerrel E: 599kcal, E: 2 509KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 20g, CH: 87g, Só: 2,3g, Ca: 61mg, Ca (tej): 20mg, Cuk.: 21g	Zöldborsóleves tészta nélkül, Lecsós virsli⁶, Párolt rizs E: 1 065kcal, E: 4 461KJ, Zsír: 69g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 29g, CH: 99g, Só: 4,2g, Ca: 70mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Gulyásleves DIÉTÁS, GM⁹, Tejberizs fahéj szóráttal TEJMENTES E: 646kcal, E: 2 706KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 15g, CH: 110g, Só: 2,6g, Ca: 625mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 5g	
Abonett GM, Retek, Natúr vajkrém⁷ E: 320kcal, E: 1 346KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 0g, Feh.: 11g, CH: 41g, Só: 0,7g, Ca: mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, margarin, sárgarépa friss tisz., Kométa olasz felvágott E: 368kcal, E: 1 549KJ, Zsír: 14g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 13g, CH: 41g, Só: 1,2g, Ca: 9mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Lilahagyma, Flora margarin, Allergén mentes felvágott E: 315kcal, E: 1 329KJ, Zsír: 8g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 15g, CH: 40g, Só: 0,8g, Ca: 5mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Kigyó uborka, margarin, allergén mentes zala felvágott E: 365kcal, E: 1 537KJ, Zsír: 14g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 14g, CH: 40g, Só: 1,0g, Ca: 6mg, Ca (tej): 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, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	

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!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás 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(fehérjeteralom./g/adag)

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

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 póréhagyma, 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	Köménymaglevés, 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, Kigyo 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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

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

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. november 1 - 2026. december 4	
2026.11.09 Hétfő	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	
puffasztott rizs, Tea - citromos, kenőmájás E: 327kcal, E: 1 367KJ, Zsír: 8g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 13g, CH: 50g, Só: 0,5g, Ca: 34mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	puffasztott rizs, Tea - citromos, Allergén mentes felvágott, margarin E: 359kcal, E: 1 502KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 50g, Só: 0,1g, Ca: 32mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	puffasztott rizs, Zala felvágott⁶, Flora margarin, Tea, sárgarépa friss tiszt. E: 354kcal, E: 1 481KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 13g, CH: 53g, Só: 0,3g, Ca: 43mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 10g	puffasztott rizs, Olasz felvágott⁶, Tea, margarin E: 469kcal, E: 1 960KJ, Zsír: 22g, Tel. zsír.: 7g, Feh.: 15g, CH: 52g, Só: 0,5g, Ca: 35mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	puffasztott rizs, poréahagyma, Zala felvágott⁶, Flora margarin, Tea - gyümölcsös E: 373kcal, E: 1 560KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 55g, Só: 0,3g, Ca: 63mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 14g	
Tarhonyaleves, Gyümölcs, Paradicsomos káposztafőzelék GM, Natúr csirkemell E: 505kcal, E: 2 114KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 25g, CH: 51g, Só: 3,7g, Ca: 63mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 23g	Zöldség erőleves⁹, Pulyka aprópecsenye, Párolt rizs E: 547kcal, E: 2 292KJ, Zsír: 26g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 22g, CH: 73g, Só: 2,2g, Ca: 58mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	Húsleves tészta nélkül, Gyümölcs, Káposztás tészta GM E: 390kcal, E: 1 630KJ, Zsír: 24g, Tel. zsír.: 7g, Feh.: 14g, CH: 28g, Só: 2,5g, Ca: 82mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 27g	Zöldborsóleves tészta nélkül, Bolognai makaróni szósz, Tészta köret E: 694kcal, E: 2 908KJ, Zsír: 37g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 18g, CH: 72g, Só: 3,5g, Ca: 39mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 3g	Lencseleves zöldséges¹⁰, Főtt burgonya fél adag, Meggymártás GM, Natúr csirkemell diétás E: 581kcal, E: 2 407KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 32g, CH: 75g, Só: 3,2g, Ca: 84mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 28g	
Abonett GM, Kigyó uborka, Allergén mentes felvágott, margarin E: 347kcal, E: 1 461KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 40g, Só: 0,8g, Ca: 2mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, löncs felvágott⁶, margarin, paradicsom E: 370kcal, E: 1 559KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 13g, CH: 40g, Só: 1,0g, Ca: 4mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Házi baromfihúsos pástétom^{6,10} E: 315kcal, E: 1 329KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 13g, CH: 40g, Só: 0,9g, Ca: 3mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Zöldáru paprika, Allergén mentes felvágott, margarin E: 348kcal, E: 1 466KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 40g, Só: 0,8g, Ca: 2mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Allergén mentes felvágott, margarin E: 345kcal, E: 1 454KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 39g, Só: 0,8g, Ca: mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	

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 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás 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), ZSÍR(zsír/tartalom: g/adag), FEH(fehérje/tartalom: g/adag)

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. november 1 - 2026. december 4	
2026.11.16 Hétfő	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	
Abonett GM, Szalámi paprikás, Tea - gyümölcsös, margarin E: 398kcal, E: 1 675KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 13g, CH: 49g, Só: 1,1g, Ca: 4mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 9g	Abonett GM, Tea - gyümölcsös, Allergén mentes felvágott, margarin 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 paprika, Tea - citromos, Allergén mentes bécsi felvágott, margarin E: 366kcal, E: 1 541KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 44g, Só: 0,8g, Ca: 2mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 5g	Abonett GM, Párizsi₆, Tea, margarin, sárgarépa friss tisz. E: 386kcal, E: 1 623KJ, Zsír: 14g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 13g, CH: 47g, Só: 1,2g, Ca: 12mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	Abonett GM, Lilahagyma, Tea, margarin, Allergén mentes felvágott E: 375kcal, E: 1 581KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 47g, Só: 0,8g, Ca: 5mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	
Pulykaraguleves, Gyümölcs, TejberizS Diab, TM E: 353kcal, E: 1 478KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 16g, CH: 42g, Só: 3,2g, Ca: 48mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g	Zöldbableves (zöldséges), Sertéspörkölt, Tészta köret, csalamádé édesítőszerrel E: 720kcal, E: 3 017KJ, Zsír: 38g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 17g, CH: 73g, Só: 4,4g, Ca: 85mg, Ca (tej): 33mg, Cuk.: 13g	Csirkeragu leves tej,tojás mentes, Gyümölcs, Parajfőzelék GLUTÉN-ÉS TEJMENTES, Sült bécsi virsli E: 617kcal, E: 2 579KJ, Zsír: 34g, Tel. zsír.: 6g, Feh.: 24g, CH: 51g, Só: 4,7g, Ca: 228mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g	Almaleves DIAB, GLUTÉN-ÉS TEJMENTES, Rostonsült csirkemell, Hagymás tört burgonya, Csemege uborka E: 454kcal, E: 1 900KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 31g, CH: 55g, Só: 0,8g, Ca: 164mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	Zöldségkrémleves GM, TM, Párolt rizs, Pulykapörkölt feltét DIÉTÁS, GM E: 696kcal, E: 2 604KJ, Zsír: 35g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 22g, CH: 91g, Só: 2,6g, Ca: 207mg, Ca (tej): 13mg, Cuk.: 0g	
puffasztott rizs, Zöldségkrém, paradicsom E: 325kcal, E: 1 358KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 10g, CH: 48g, Só: 0,2g, Ca: 40mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 3g	puffasztott rizs, Soproni felvágott, Kigyó uborka, margarin E: 312kcal, E: 1 305KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 10g, CH: 46g, Só: 0,0g, Ca: 34mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 3g	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	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	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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás 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)

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. november 1 - 2026. december 4	
2026.11.23 Hétfő	2026.11.24 Kedd	2026.11.25 Szerda	2026.11.26 Csütörtök	2026.11.27 Péntek	
Szalámi csemege, puffasztott rizs, Tea - gyümölcsös, margarin E: 426kcal, E: 1 782KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 13g, CH: 55g, Só: 0,2g, Ca: 34mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 12g	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, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	gépsonka, puffasztott rizs, póréhagyma, Tea, margarin E: 409kcal, E: 1 710KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 19g, CH: 52g, Só: 0,5g, Ca: 67mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 10g	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, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	puffasztott rizs, Pulyka felvágott, Tea - citromos, margarin, paradicsom E: 354kcal, E: 1 480KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 13g, CH: 51g, Só: 0,5g, Ca: 47mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	
Lebbencsleves, Gyümölcs, Zöldborsó főzelék DIAB GM TM, Natúr csirkemell diétás E: 554kcal, E: 2 320KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 31g, CH: 58g, Só: 1,0g, Ca: 105mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 12g	Aranyló jérceleves, Milánói ragu, Tészta köret E: 512kcal, E: 2 141KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 17g, CH: 71g, Só: 3,2g, Ca: 22mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 3g	Karfiollesves DIÉTÁS, GM, TM, Alma, Hentestokány, Párolt rizs E: 624kcal, E: 2 610KJ, Zsír: 33g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 27g, CH: 75g, Só: 4,0g, Ca: 95mg, Ca (tej): 33mg, Cuk.: 13g	Vegyes gyümölcsleves GM, TM, Rostonsült csirkemell, Petrezselymes burgonya E: 503kcal, E: 2 103KJ, Zsír: 14g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 31g, CH: 62g, Só: 0,6g, Ca: 340mg, Ca (tej): 20mg, Cuk.: 1g	Gulyásleves DIÉTÁS, GM, Káposztás tészta GM E: 335kcal, E: 1 401KJ, Zsír: 20g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 29g, Só: 2,4g, Ca: 66mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 17g	
Abonett GM, Zöldáru paprika, Allergén mentes felvágott, margarin E: 348kcal, E: 1 466KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 40g, Só: 0,8g, Ca: 2mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Olasz felvágott, margarin, sárgarépa friss tisz. E: 454kcal, E: 1 909KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 7g, Feh.: 16g, CH: 41g, Só: 1,2g, Ca: 10mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, kenőmájás E: 313kcal, E: 1 319KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 14g, CH: 40g, Só: 1,2g, Ca: 3mg, Ca (tej): mg, Cuk.: g	Abonett GM, Zala felvágott, Kigyo uborka, margarin E: 365kcal, E: 1 537KJ, Zsír: 14g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 14g, CH: 40g, Só: 1,0g, Ca: 6mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Allergén mentes felvágott, margarin E: 345kcal, E: 1 454KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 39g, Só: 0,8g, Ca: mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	

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!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás 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), ZSÍR(zsír/tartalom: g/adag), FEH(fehérje/tartalom: g/adag)

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

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. november 1 - 2026. december 4	
2026.11.30 Hétfő	2026.12.01 Kedd	2026.12.02 Szerda	2026.12.03 Csütörtök	2026.12.04 Péntek	
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, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	puffasztott rizs, Csirkemellsonka⁶, Tea-málnás, margarin, sárgarépa friss tisz. E: 368kcal, E: 1 537KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 54g, Só: 0,2g, Ca: 42mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 10g	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, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	puffasztott rizs, Retek, Tea - citromos, Allergén mentes bécsi felvágott, margarin E: 362kcal, E: 1 512KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 50g, Só: 0,1g, Ca: 32mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	puffasztott rizs, Párizsi⁶, póréhagyma, Tea- erdei gyümölcs, margarin E: 387kcal, E: 1 619KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 13g, CH: 53g, Só: 0,5g, Ca: 62mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 4g	
Csontleves tészta nélkül, Gyümölcs, Szárazbabfőzelék TM, GM, Csirkepörkölt E: 617kcal, E: 2 589KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 35g, CH: 64g, Só: 5,2g, Ca: 156mg, Ca (tej): 33mg, Cuk.: 13g	Paradicsomleves GM, DIÉTÁS⁹, Tavaszi rizseshús szárnyasból E: 459kcal, E: 1 923KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 22g, CH: 53g, Só: 3,5g, Ca: 30mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 2g	Zöldségleves tésztával, Gyümölcs, Paprikás burgonya baromfi virslivel⁶, csalamádé E: 479kcal, E: 2 003KJ, Zsír: 19g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 13g, CH: 63g, Só: 1,2g, Ca: 100mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 20g	Almaleves DIAB, GLUTÉN- ÉS TEJMENTES, Milánói ragu, Tészta köret E: 563kcal, E: 2 356KJ, Zsír: 19g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 17g, CH: 78g, Só: 3,1g, Ca: 146mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	Palócleves pulykából DIÉTÁS, GM, TM, TejberizS Diab, TM E: 420kcal, E: 1 761KJ, Zsír: 20g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 21g, CH: 38g, Só: 2,2g, Ca: 53mg, Ca (tej): 33mg, Cuk.: 1g	
Abonett GM, Zöldáru paprika, Zöldségkrém E: 328kcal, E: 1 382KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 41g, Só: 0,9g, Ca: 9mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Allergén mentes felvágott, margarin E: 345kcal, E: 1 454KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 39g, Só: 0,8g, Ca: mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Soproni felvágott, margarin, paradicsom E: 318kcal, E: 1 339KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 40g, Só: 0,7g, Ca: 1mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Szardíniakrém^{4,10} E: 379kcal, E: 1 596KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 13g, CH: 40g, Só: 0,7g, Ca: 4mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Abonett GM E: 242kcal, E: 1 021KJ, Zsír: 2g, Tel. zsír.: 0g, Feh.: 11g, CH: 39g, Só: 0,7g, Ca: mg, Ca (tej): mg, 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. 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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietetás 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), ZSÍR(zsír/tartalom./g/adag), FEH(fehérje/tartalom./g/adag)