ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.	Dr Somogyi Imre Baptista Szakiskola A	**2026. november 1 - 2026. december 4**

2026.11.02 Hétfõ	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek
Tea - citromos, búza kenyér1,6, csemege szalámi, margarin E: 316kcal, E: 703KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 10g, CH: 33g, Só: 0,6g, Ca: 3mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 4g	Kalács1,3,7, Kakaó7 E: 250kcal, E: 1 048KJ, Zsír: 7g, Tel. zsír.: 0g, Feh.: 13g, CH: 35g, Só: 0,4g, Ca: 242mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 5g	korpás zsemle1, Zöldséges felvágott Tauris6, Tej7, sárgarépa friss tisz., margarin E: 396kcal, E: 1 660KJ, Zsír: 19g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 17g, CH: 38g, Só: 1,5g, Ca: 272mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 2g	Kifli1, Sajtkrém7, Tea - gyümölcsös E: 222kcal, E: 932KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: g, Feh.: 6g, CH: 34g, Só: 0,3g, Ca: 95mg, Ca (tej): 80mg, Cuk.: 10g	Teljes õrlésû kenyér reggelihez,uzsonnához1, Zöldáru póréhagyma, Párizsi6, Tea, margarin E: 408kcal, E: 1 708KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 58g, Só: 2,0g, Ca: 54mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g
Húsgaluskaleves1,3, Alma, Burgonyafõzelék1,7, Bélszínesroló marhából1,3,6,7, Búza kenyér ebédhez1,6 E: 755kcal, E: 2 543KJ, Zsír: 28g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 27g, CH: 94g, Só: 2,8g, Ca: 62mg, Ca (tej): 15mg, Cuk.: 12g	Tárkonyos zöldség raguleves1,3,7, Tarhonyáshús1, csalamádé E: 923kcal, E: 3 881KJ, Zsír: 30g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 54g, CH: 104g, Só: 1,6g, Ca: 101mg, Ca (tej): 20mg, Cuk.: 16g	Tojásleves1,3, Gyümölcs, Csikóstokány1,7, Bulgur1 E: 927kcal, E: 3 883KJ, Zsír: 51g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 33g, CH: 89g, Só: 4,4g, Ca: 94mg, Ca (tej): 30mg, Cuk.: 10g	Meggyleves1,7, Rántott jércemell1,3, Mexikói rizs E: 835kcal, E: 3 495KJ, Zsír: 22g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 26g, CH: 130g, Só: 3,7g, Ca: 79mg, Ca (tej): 20mg, Cuk.: 43g	Babgulyás sertés combból1,9, Csokiöntet1,7, Piskóta kocka1,3, Teljes õrlésû kenyér 2dkg1 E: 752kcal, E: 3 151KJ, Zsír: 21g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 30g, CH: 111g, Só: 2,6g, Ca: 206mg, Ca (tej): 96mg, Cuk.: 31g
Zsemle1, Magyaros vajkrém7, Zöldáru paprika E: 165kcal, E: 688KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 30g, Só: 0,4g, Ca: 12mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	Teljes õrlésû kenyér reggelihez,uzsonnához1, Kigyó uborka, margarin, Allergén mentes bécsi felvágott E: 352kcal, E: 1 472KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 47g, Só: 1,6g, Ca: 34mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Padlizsánkrém7,10, Teljes õrlésû kenyér1 E: 162kcal, E: 676KJ, Zsír: 1g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Só: 1,1g, Ca: 35mg, Ca (tej): 12mg, Cuk.: 2g	Teljes õrlésû kenyér reggelihez,uzsonnához1, Lilahagyma, Flora margarin, csirkemell sonka6 E: 315kcal, E: 1 319KJ, Zsír: 6g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 12g, CH: 50g, Só: 1,6g, Ca: 41mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Pizzás csiga1,7 E: 221kcal, E: 926KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 23g, Só: 0,6g, Ca: mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 2g

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklõdjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért elõre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energiaÉkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsírtartalom:g/adag), FEH(fehérjetartalom:g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.	Dr Somogyi Imre Baptista Szakiskola A	**2026. november 1 - 2026. december 4**

2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek
Zsemle[1], Kenõmájas[6,7], Tea - citromos E: 143kcal, E: 600KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 8g, CH: 34g, Só: 0,9g, Ca: 14mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g	Molnárka[1,3,7], Karamellás tej[7] E: 204kcal, E: 855KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 7g, CH: 36g, Só: 0,0g, Ca: 240mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 25g	Zsemle[1], Zala felvágott[6], Flora margarin, Tea, sárgarépa friss tisz. E: 219kcal, E: 915KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 8g, CH: 40g, Só: 0,7g, Ca: 22mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 18g	Teljes kiõrlésû zsemle[1], Olasz felvágott[6], Tej[7], margarin E: 462kcal, E: 1 933KJ, Zsír: 27g, Tel.zsír.: 8g, Feh.: 17g, CH: 36g, Só: 0,8g, Ca: 244mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 0g	póréhagyma, Zala felvágott[6], Flora margarin, Tea - gyümölcsös, Teljes õrlésû kenyér[1] E: 287kcal, E: 1 201KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 8g, CH: 39g, Só: 1,2g, Ca: 51mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 12g
Tarhonyaleves[1], Gyümölcs, Paradicsomos káposzta[1], Csirke nuggets, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 774kcal, E: 3 238KJ, Zsír: 35g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 23g, CH: 92g, Só: 3,6g, Ca: 81mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 37g	Vajgaluskaleves[1,3], Füstöltsajtos csirkeragu[1,7], Párolt rizs E: 803kcal, E: 2 916KJ, Zsír: 38g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 47g, CH: 84g, Só: 2,6g, Ca: 48mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 3g	Húsleves gazdagon[1,3], Gyümölcs, Szilvásgombóc[1,3] E: 741kcal, E: 2 790KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 28g, CH: 135g, Só: 2,2g, Ca: 99mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 40g	Zöldborsóleves[1], Bolognai spagetti[1,3], Sajt szórat[7] E: 866kcal, E: 3 647KJ, Zsír: 44g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 37g, CH: 80g, Só: 0,9g, Ca: 197mg, Ca (tej): 160mg, Cuk.: 1g	Lencseleves zöldséges[1,7,10], Natúr csirkemell[1], Fõtt burgonya fél adag, Meggymártás[1,7] E: 1 009kcal, E: 4 191KJ, Zsír: 35g, Tel.zsír.: 10g, Feh.: 50g, CH: 117g, Só: 5,2g, Ca: 534mg, Ca (tej): 420mg, Cuk.: 56g
Teljes õrlésû kenyér[1], Kigyó uborka, Snidlinges vajkrém[7] E: 7 790kcal, E: 32 107KJ, Zsír: 781g, Tel.zsír.: g, Feh.: 46g, CH: 140g, Só: 0,9g, Ca: 21mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	löncs felvágott[6], Teljes õrlésû kenyér[1], margarin, paradicsom E: 276kcal, E: 1 156KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 7g, CH: 29g, Só: 1,2g, Ca: 23mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Házi baromfihúsos pástétom[6,10], korpás kenyér[1] E: 277kcal, E: 1 167KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 7g, CH: 32g, Só: 0,9g, Ca: 4mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Körözött[7], Zöldáru paprika, búza kenyér[1,6] E: 197kcal, E: 205KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 10g, CH: 31g, Só: 0,5g, Ca: 30mg, Ca (tej): 26mg, Cuk.: 2g	Sajtos pogácsa[1,3,7] E: 5kcal, E: 19KJ, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 0g, Só: g, Ca: mg, Ca (tej): mg, Cuk.: g

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklõdjön 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(energiaÉkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsírtartalom:g/adag), FEH(fehérjetartalom:g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.	Dr Somogyi Imre Baptista Szakiskola A	**2026. november 1 - 2026. december 4**

2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek
Szalámi paprikás, Tea - gyümölcsös, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, margarin E: 309kcal, E: 1 290KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 6g, CH: 39g, Só: 1,3g, Ca: 23mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 10g	Briós$_{1,3,7}$, Kakaó$_{7}$ E: 300kcal, E: 1 257KJ, Zsír: 7g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 12g, CH: 45g, Só: 0,2g, Ca: 249mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 9g	korpás zsemle$_{1}$, Zöldáru paprika, Tea - citromos, Allergén mentes bécsi felvágott, margarin E: 250kcal, E: 1 047KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 29g, Só: 0,7g, Ca: 15mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 5g	Zsemle$_{1}$, Párizsi$_{6}$, Tej$_{7}$, margarin, sárgarépa friss tisz. E: 306kcal, E: 1 282KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 14g, CH: 41g, Só: 0,9g, Ca: 262mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 8g	Fokhagymás felvágott$_{7}$, Lilahagyma, Tea, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, margarin E: 483kcal, E: 1 117KJ, Zsír: 27g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 41g, Só: 0,9g, Ca: 24mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g
Sertésragu leves$_{1,9}$, Gyümölcs, Tejbegríz kakaó szórat$_{1,7}$, Teljes õrlésû kenyér 2dkg$_{1}$ E: 744kcal, E: 3 116KJ, Zsír: 31g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 31g, CH: 80g, Só: 2,4g, Ca: 481mg, Ca (tej): 396mg, Cuk.: 23g	Zöldbableves$_{1}$, Sertéspörkölt, Tészta köret (durum szarvacska)$_{1}$, csalamádé édesítõszerrel E: 994kcal, E: 4 181KJ, Zsír: 55g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 37g, CH: 85g, Só: 2,8g, Ca: 78mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 13g	Májgombócleves$_{1,3}$, Gyümölcs, Parajfõzelék$_{1,7}$, Csibefasírt$_{1}$, Teljes õrlésû kenyér 2dkg$_{1}$ E: 650kcal, E: 2 142KJ, Zsír: 36g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 25g, CH: 55g, Só: 1,6g, Ca: 262mg, Ca (tej): 72mg, Cuk.: 12g	Citromos almakrémleves$_{1,7}$, Sertés sült (karaj), Hagymás tört burgonya, Csemege uborka E: 789kcal, E: 3 305KJ, Zsír: 35g, Tel. zsír.: 6g, Feh.: 30g, CH: 85g, Só: 2,9g, Ca: 316mg, Ca (tej): 250mg, Cuk.: 27g	Sajtkrémleves$_{1,7}$, Debreceni csirke tokány$_{1,7}$, Bulgur$_{1}$ E: 630kcal, E: 2 636KJ, Zsír: 27g, Tel. zsír.: 9g, Feh.: 22g, CH: 79g, Só: 4,9g, Ca: 254mg, Ca (tej): 215mg, Cuk.: 2g
korpás zsemle$_{1}$, Natúr vajkrém$_{7}$, paradicsom E: 206kcal, E: 857KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 6g, CH: 26g, Só: 0,5g, Ca: 14mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Soproni felvágott, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, Kigyó uborka, margarin E: 222kcal, E: 930KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 4g, CH: 28g, Só: 0,9g, Ca: 21mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, kockasajt$_{7}$ E: 212kcal, E: 888KJ, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 7g, CH: 29g, Só: 1,4g, Ca: 109mg, Ca (tej): 90mg, Cuk.: 0g	Zöldfûszeres túrókrém$_{7}$, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$ E: 190kcal, E: 797KJ, Zsír: 4g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 8g, CH: 29g, Só: 0,9g, Ca: 45mg, Ca (tej): 24mg, Cuk.: 1g	Fahéjas csiga$_{1,7}$ E: 892kcal, E: 3 733KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 20g, CH: 177g, Só: 0,1g, Ca: 66mg, Ca (tej): 36mg, Cuk.: 72g

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklõdjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért elõre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energiaÉkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsírtartalom:g/adag), FEH(fehérjetartalom:g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.	Dr Somogyi Imre Baptista Szakiskola A	**2026. november 1 - 2026. december 4**

2026.11.23 Hétfõ	2026.11.24 Kedd	2026.11.25 Szerda	2026.11.26 Csütörtök	2026.11.27 Péntek
Szalámi csemege, Tea - gyümölcsös, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, margarin E: 340kcal, E: 1 423KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 8g, CH: 39g, Só: 1,1g, Ca: 22mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 10g	Sajtos kifli$_{1,3}$, Tej$_{7}$ E: 3 020kcal, E: 12 620KJ, Zsír: 62g, Tel.zsír.: 34g, Feh.: 136g, CH: 475g, Só: 17,4g, Ca: 1 551mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 3g	gépsonka, Zsemle$_{1}$, póréhagyma, Tea, margarin E: 289kcal, E: 1 210KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 17g, CH: 39g, Só: 1,0g, Ca: 49mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 19g	Molnárka$_{1,3,7}$, Csokoládés tej$_{7}$ E: 200kcal, E: 837KJ, Zsír: 4g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 8g, CH: 32g, Só: 0,0g, Ca: 246mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 20g	Pulyka felvágott, Tea - citromos, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, margarin, paradicsom E: 264kcal, E: 1 104KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 34g, Só: 1,3g, Ca: 35mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 5g
Lebbencsleves$_{1,3}$, Gyümölcs, Csirke nuggets, Zöldborsó fõzelék$_{1,7}$, Teljes õrlésû kenyér 2dkg$_{1}$ E: 759kcal, E: 3 176KJ, Zsír: 34g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 30g, CH: 83g, Só: 4,7g, Ca: 158mg, Ca (tej): 96mg, Cuk.: 14g	Aranyló jérceleves csigatésztával$_{9}$, Milánói spagetti$_{1,3,6,7}$, Sajt szórat$_{7}$ E: 616kcal, E: 2 597KJ, Zsír: 24g, Tel. zsír.: 9g, Feh.: 36g, CH: 73g, Só: 3,4g, Ca: 303mg, Ca (tej): 280mg, Cuk.: 2g	Magyaros karfiolleves$_{1}$, Alma, Hentestokány sertésbõl$_{1}$, Párolt rizs E: 742kcal, E: 3 107KJ, Zsír: 39g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 34g, CH: 84g, Só: 3,2g, Ca: 85mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 13g	Vegyes gyümölcsleves$_{1,7}$, Palermói csirkemell$_{1,3,7}$, Grillfûszeres burgonya$_{1,3,7,9}$ E: 1 005kcal, E: 4 204KJ, Zsír: 47g, Tel.zsír.: 12g, Feh.: 52g, CH: 90g, Só: 3,8g, Ca: 542mg, Ca (tej): 507mg, Cuk.: 31g	Gulyásleves$_{1,3}$, Káposztás kocka$_{1,3}$, Teljes õrlésû kenyér 2dkg$_{1}$ E: 913kcal, E: 3 844KJ, Zsír: 35g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 31g, CH: 115g, Só: 4,4g, Ca: 59mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 18g
Teljes kiõrlésû zsemle$_{1}$, Zöldáru paprika, Magyaros vajkrém$_{7}$ E: 200kcal, E: 836KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: g, Feh.: 4g, CH: 27g, Só: 0,3g, Ca: 2mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Olasz felvágott$_{6}$, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, margarin, sárgarépa friss tisz. E: 394kcal, E: 1 647KJ, Zsír: 24g, Tel. zsír.: 8g, Feh.: 11g, CH: 30g, Só: 1,5g, Ca: 30mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Májkrém$_{6,7}$, búza kenyér$_{1,6}$ E: 180kcal, E: 136KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 9g, CH: 30g, Só: 0,8g, Ca: 3mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Zala felvágott$_{6}$, Teljes õrlésû kenyér$_{1}$, Kigyó uborka, margarin E: 271kcal, E: 1 135KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 8g, CH: 29g, Só: 1,2g, Ca: 26mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Pudingos rúd$_{1,3,7}$ E: 406kcal, E: 1 702KJ, Zsír: 8g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 12g, CH: 71g, Só: 0,2g, Ca: 80mg, Ca (tej): 61mg, Cuk.: 23g

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklõdjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért elõre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energiaÉkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsírtartalom:g/adag), FEH(fehérjetartalom:g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt.	Dr Somogyi Imre Baptista Szakiskola A	**2026. november 1 - 2026. december 4**

2026.11.30 Hétfõ	2026.12.01 Kedd	2026.12.02 Szerda	2026.12.03 Csütörtök	2026.12.04 Péntek
Zsemle[1], Szalámi paprikás, Tej[7], margarin E: 305kcal, E: 1 277KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 13g, CH: 39g, Só: 0,8g, Ca: 254mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 7g	Magos zsemle[1], Csirkemellsonka[6], Tea- málnás, margarin, sárgarépa friss tisz. E: 446kcal, E: 1 870KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 16g, CH: 58g, Só: 0,2g, Ca: 11mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 12g	Briós[1,3,7], Tej[7] E: 274kcal, E: 1 147KJ, Zsír: 7g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 12g, CH: 40g, Só: 0,2g, Ca: 247mg, Ca (tej): 240mg, Cuk.: 4g	Zsemle[1], Retek, Tea - citromos, Allergén mentes bécsi felvágott, margarin E: 210kcal, E: 879KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 33g, Só: 0,5g, Ca: 11mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g	Párizsi[6], póréhagyma, Tea- erdei gyümölcs, Teljes õrlésû kenyér[1], margarin E: 303kcal, E: 1 269KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 7g, CH: 37g, Só: 1,4g, Ca: 50mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 2g
Csontleves csigatésztával[1,3], Gyümölcs, Fejtettbabfõzelék[1,7], Csibefasírt[1], Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 883kcal, E: 3 130KJ, Zsír: 26g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 40g, CH: 109g, Só: 5,5g, Ca: 99mg, Ca (tej): 30mg, Cuk.: 15g	Paradicsomleves[1,9], Tavaszi rizseshús szárnyasból E: 710kcal, E: 2 972KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 31g, CH: 93g, Só: 4,1g, Ca: 47mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 23g	Daragaluska leves[1,3,9], Gyümölcs, Paprikás burgonya baromfi virslivel[6], Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1], csalamádé E: 762kcal, E: 3 190KJ, Zsír: 36g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 19g, CH: 92g, Só: 1,6g, Ca: 94mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 19g	Õszibarack krémleves[1,7], Magyaros spagetti[1,3,7,9], Sajt szórat[7] E: 981kcal, E: 4 122KJ, Zsír: 44g, Tel. zsír.: 10g, Feh.: 35g, CH: 114g, Só: 2,1g, Ca: 335mg, Ca (tej): 300mg, Cuk.: 44g	Palóc gulyásleves[1], Csokiöntet[1,7], Piskóta kocka[1,3], Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 809kcal, E: 3 386KJ, Zsír: 38g, Tel. zsír.: 12g, Feh.: 26g, CH: 88g, Só: 3,6g, Ca: 185mg, Ca (tej): 135mg, Cuk.: 31g
Zöldáru paprika, Teljes õrlésû kenyér[1], Snidlinges vajkrém[7] E: 227kcal, E: 946KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 30g, Só: 0,9g, Ca: 21mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Padlizsánkrém[7,10], Teljes õrlésû kenyér[1] E: 162kcal, E: 676KJ, Zsír: 1g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Só: 1,1g, Ca: 35mg, Ca (tej): 12mg, Cuk.: 2g	Soproni felvágott, Teljes õrlésû kenyér[1], margarin, paradicsom E: 224kcal, E: 937KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 4g, CH: 29g, Só: 0,9g, Ca: 21mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Szardíniakrém[4,10], korpás kenyér[1] E: 328kcal, E: 1 381KJ, Zsír: 19g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 7g, CH: 31g, Só: 0,7g, Ca: 4mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Sajtos stangli[1,3,7] E: 88kcal, E: 371KJ, Zsír: 5g, Tel.zsír.: g, Feh.: 2g, CH: 8g, Só: 0,6g, Ca: mg, Ca (tej): mg, Cuk.: g

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklõdjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért elõre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energiaEkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsírtartalom:g/adag), FEH(fehérjetartalom:g/adag)