ÉTLAP

Gastro-Tom Bt	Tojásmentes	2026. november 1 - 2026. december 4

2026.10.26 Hétfõ	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek
Lencseleves[1,7,10], Gyümölcs, Szárnyasrizottó, Sajt szórat[7] E: 746kcal, E: 3 098KJ, Zsír: 22g, Tel. zsír.: 6g, Feh.: 38g, CH: 93g, Só: 4,0g, Ca: 238mg, Ca (tej): 185mg, Cuk.: 10g	Erõleves csigatésztával[9], Parajfõzelék[1,7], Natúr csirkemell[1] E: 401kcal, E: 1 680KJ, Zsír: 20g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 28g, CH: 25g, Só: 0,5g, Ca: 240mg, Ca (tej): 72mg, Cuk.: 5g	Õszibarack krémleves[1,7], Gyümölcs, Csirkepörkölt, Tészta köret (durum szarvacska)[1], Csemege uborka E: 626kcal, E: 2 634KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 27g, CH: 88g, Só: 2,3g, Ca: 63mg, Ca (tej): 20mg, Cuk.: 18g	Zöldborsóleves[1], Lecsós virsli[6], Párolt rizs E: 1 053kcal, E: 4 414KJ, Zsír: 69g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 28g, CH: 97g, Só: 2,3g, Ca: 63mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Gulyásleves DIÉTÁS, GM[9], Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1], Tejberizs kakaó szórattal[7] E: 745kcal, E: 3 126KJ, Zsír: 19g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 31g, CH: 108g, Só: 2,4g, Ca: 579mg, Ca (tej): 540mg, Cuk.: 14g

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekrõl 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	Tojásmentes	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
Pulykaraguleves, Alma, Burgonyafõzelék DIÉTÁS, GM, TM, Csirkepörkölt, Búza kenyér ebédhez[1,6] E: 674kcal, E: 2 510KJ, Zsír: 32g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 35g, CH: 59g, Só: 4,6g, Ca: 81mg, Ca (tej): 20mg, Cuk.: 12g	Zöldségleves tészta nélkül, Tarhonyáshús[1], csalamádé E: 522kcal, E: 2 196KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 25g, CH: 61g, Só: 2,9g, Ca: 52mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 9g	Köménymagleves, Gyümölcs, Csikóstokány, Tészta köret (durum szarvacska)[1] E: 703kcal, E: 2 957KJ, Zsír: 38g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 23g, CH: 67g, Só: 1,8g, Ca: 27mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 7g	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 sertés combból[1,9], Grízes tészta lekvárral[1], Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 913kcal, E: 3 835KJ, Zsír: 33g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 29g, CH: 123g, Só: 2,6g, Ca: 74mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 16g

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekrõl 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	Tojásmentes	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
Tarhonyaleves[1], Gyümölcs, Paradicsomos káposzta[1], Natúr csirkemell, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 581kcal, E: 2 431KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 28g, CH: 66g, Só: 1,8g, Ca: 71mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 31g	Zöldség erõleves[9], 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, Gránátos kocka TOJÁSMENTES[1] E: 413kcal, E: 1 729KJ, Zsír: 25g, Tel. zsír.: 7g, Feh.: 15g, CH: 30g, Só: 2,3g, Ca: 66mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 15g	Zöldborsóleves[1], Bolognai makaróni szósz, Tészta köret (durum spagetti)[1] E: 685kcal, E: 2 884KJ, Zsír: 37g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 23g, CH: 66g, Só: 3,1g, Ca: 33mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 0g	Lencseleves zöldséges[10], Natúr csirkemell[1], Fõtt burgonya fél adag, Meggymártás GM E: 609kcal, E: 2 523KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 33g, CH: 80g, Só: 3,2g, Ca: 85mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 28g

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekrõl 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	Tojásmentes	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
Pulykaraguleves, Gyümölcs, TejberizS Diab, TM, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 403kcal, E: 1 684KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 18g, CH: 52g, Só: 3,5g, Ca: 54mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 11g	Zöldbableves[1], Sertéspörkölt, Tészta köret (durum szarvacska)[1], csalamádé édesítõszerrel E: 682kcal, E: 2 869KJ, Zsír: 33g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 24g, CH: 70g, Só: 2,4g, Ca: 53mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 8g	Csirkeragu leves tej,tojás mentes[9], Gyümölcs, Parajfõzelék GLUTÉN- ÉS TEJMENTES, Sült bécsi virsli, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 666kcal, E: 2 786KJ, Zsír: 34g, Tel. zsír.: 6g, Feh.: 26g, CH: 61g, Só: 5,0g, Ca: 234mg, 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

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

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	Tojásmentes	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
Lebbencsleves, Gyümölcs, Zöldborsó fõzelék DIAB GM TM, Natúr csirkemell diétás, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 604kcal, E: 2 526KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 32g, CH: 67g, Só: 1,3g, Ca: 112mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 12g	Aranyló jérceleves[9], Milánói ragu, Tészta köret (durum spagetti)[1] E: 514kcal, E: 2 164KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 24g, CH: 66g, Só: 4,7g, Ca: 22mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 1g	Magyaros karfiolleves[1], Alma, Hentestokány sertésbõl[1], Párolt rizs E: 660kcal, E: 2 763KJ, Zsír: 34g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 29g, CH: 80g, Só: 2,6g, Ca: 73mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 12g	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[9], Káposztás tészta GM, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 384kcal, E: 1 607KJ, Zsír: 21g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 12g, CH: 38g, Só: 2,7g, Ca: 73mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 17g

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

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	Tojásmentes	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
Csontleves tészta nélkül, Gyümölcs, Szárazbabfõzelék TM, GM, Csirkepörkölt, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 667kcal, E: 2 795KJ, Zsír: 23g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 36g, CH: 74g, Só: 5,5g, Ca: 162mg, Ca (tej): 33mg, Cuk.: 13g	Paradicsomleves[1,9], Tavaszi rizseshús szárnyasból E: 521kcal, E: 2 179KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 22g, CH: 68g, Só: 3,5g, Ca: 32mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 17g	Zöldségleves tésztával, Gyümölcs, Paprikás burgonya baromfi virslivel[6], Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1], csalamádé E: 528kcal, E: 2 210KJ, Zsír: 19g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 14g, CH: 73g, Só: 1,5g, Ca: 107mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 20g	Almaleves DIAB, GLUTÉN- ÉS TEJMENTES, Milánói ragu, Tészta köret (durum spagetti)[1] E: 565kcal, E: 2 378KJ, Zsír: 19g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 24g, CH: 74g, Só: 4,6g, Ca: 146mg, Ca (tej): mg, Cuk.: 5g	Palócleves pulykából DIÉTÁS, GM, TM, TejberizS Diab, TM, Teljes õrlésû kenyér 2dkg[1] E: 470kcal, E: 1 968KJ, Zsír: 20g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 22g, CH: 48g, Só: 2,5g, Ca: 59mg, Ca (tej): 33mg, Cuk.: 1g

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekrõl 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)