

Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Citromos tea Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal			Tej Kifli			Meggyes tea Sült hagymakrémés Félbarna kenyér			Kakaó Kalács			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémés Rozskenyér Jégcsapretekkel		
		Energia: 328.13 Kcal / 1,371.58 Kj			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 Kj			Energia: 351.30 Kcal / 1,468.43 Kj			Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 Kj			Energia: 322.23 Kcal / 1,346.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.18 g	11.63 g	4.34 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.85 g	12.19 g	5.48 g	14.15 g	9.34 g	4.25 g	7.27 g	13.14 g	10.33 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	47.44 g 19.98 g 2.02 g			33.40 g 0.00 g 0.68 g			53.01 g 19.99 g 0.40 g			59.52 g 14.19 g 0.90 g			43.34 g 16.68 g 0.71 g			
	1,(7)			1,7			1,7			1,3,7			1,7			
	Ebéd	Sárgaborsó-krémleves Kolbászmorzsával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal			Magyaros csipetkeleves Tököfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluskaleves Mákos tészta Alma			Paradicsomleves Betűtésztával Burgonyapüré Zöldséges pulykavagdalttal			Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel		
		Energia: 841.98 Kcal / 3,519.48 Kj			Energia: 502.12 Kcal / 2,098.86 Kj			Energia: 567.72 Kcal / 2,373.07 Kj			Energia: 668.54 Kcal / 2,794.50 Kj			Energia: 620.82 Kcal / 2,595.03 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		35.24 g	40.29 g	9.58 g	18.51 g	32.92 g	9.05 g	19.61 g	14.02 g	3.32 g	24.86 g	14.57 g	3.40 g	20.73 g	30.25 g	8.73 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
83.79 g 0.06 g 4.14 g			66.67 g 9.01 g 4.39 g			89.86 g 19.99 g 2.30 g			108.34 g 31.97 g 5.77 g			65.67 g 0.01 g 2.42 g				
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Helyben sült vaníliás táska			Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborkával			Diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal			Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Helyben sült sajtos pogácsa Suli szelet			
	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 250.19 Kcal / 1,045.79 Kj			Energia: 197.43 Kcal / 825.26 Kj			Energia: 208.12 Kcal / 869.94 Kj			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	11.71 g	26.46 g	10.07 g	9.90 g	8.89 g	3.33 g	6.98 g	6.13 g	2.39 g	8.09 g	7.16 g	2.65 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
19.66 g 0.00 g 1.38 g			32.36 g 3.85 g 0.43 g			28.55 g 0.00 g 1.04 g			27.78 g 0.00 g 1.36 g			13.48 g 0.00 g 0.79 g				
1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,(7)			1,3,7				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén  
2-rák

3-tojás  
4-hal

5-földimogyoró  
6-szója

7-tejtermék,laktóz  
8-diófélék

9-zeller  
10-mustár  
11-szezámm  
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt  
14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer  
16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszevezető