

Heti étlap 2026.01.05 - 2026.01.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05233) Tojásmentes 7-14	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Kakaó[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Tehéntej 1,5%[7], Vaníliás puding, Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 141.53 Kcal / 591.60 KJ	Energia: 222.18 Kcal / 928.71 KJ	Energia: 266.07 Kcal / 1,112.17 KJ	Energia: 95.36 Kcal / 398.60 KJ	Energia: 255.99 Kcal / 1,070.04 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0.78 g 12.00 g 5.80 g	3.94 g 19.49 g 6.09 g	7.09 g 17.04 g 5.45 g	2.90 g 5.70 g 1.79 g	11.33 g 8.30 g 4.54 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		7.44 g 6.69 g 0.01 g	7.49 g 6.82 g 0.89 g	20.93 g 10.04 g 0.47 g	8.01 g 6.82 g 0.41 g	33.72 g 18.20 g 0.37 g
		1,7	1	1,7	1	1,7
Ebéd	(05233) Tojásmentes 7-14	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Vegyes gyümölcsleves[1,7], Rakott brokkoli rizzsel[1,7]	Tárkonyos zöldségleves [1,7,9], Fokhagymás sertéssült (1,10), Burgonyapürével[7], Vitaminsalátával	Karfiolkrémleves, Pirított kenyérkockával[1], Csirkepaprikás[1,7], Főtt tésztával, Céklasalátával[15,(12)]	Májgaluskaleves[9], Fasírt, Paraj főzelékkel[1,7], Főtt burgonyával, Alma
		Energia: 953.30 Kcal / 3,984.79 KJ	Energia: 739.21 Kcal / 3,089.90 KJ	Energia: 562.78 Kcal / 2,352.42 KJ	Energia: 597.06 Kcal / 2,495.71 KJ	Energia: 766.34 Kcal / 3,203.30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		39.22 g 31.91 g 3.76 g	30.99 g 33.50 g 11.11 g	31.30 g 20.96 g 6.04 g	32.90 g 16.46 g 2.79 g	32.59 g 38.67 g 10.74 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		125.28 g 25.49 g 2.19 g	77.98 g 15.58 g 3.65 g	60.88 g 5.34 g 1.77 g	78.12 g 11.55 g 2.22 g	69.63 g 0.00 g 1.25 g
		1,7,9	1,7	1,7,9,(10)	1,7,15,(12)	1,7,9
Uzsonna	(05233) Tojásmentes 7-14	Gyümölcskrémleves, Diétás pékáru BL[1]	Zöldségleves kockasajttal[7], Diétás pékáru BL[1]	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	fahéjas csiga-TündérManna	Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Salátalevéllal
		Energia: 31.92 Kcal / 133.43 KJ	Energia: 75.45 Kcal / 315.38 KJ	Energia: 197.31 Kcal / 824.76 KJ	Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ	Energia: 161.71 Kcal / 675.95 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0.67 g 0.01 g 0.01 g	6.37 g 4.30 g 2.34 g	3.82 g 19.70 g 5.85 g	1.00 g 11.60 g 5.00 g	5.24 g 14.86 g 4.08 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		7.17 g 1.00 g 0.00 g	2.55 g 0.00 g 0.38 g	1.09 g 0.20 g 0.93 g	46.60 g 1.90 g 1.00 g	1.59 g 0.00 g 0.84 g
		1	1,7	1		1

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

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

Kód magyarázat: 800 diéta főköd ; 802 diétás korcsoportoskód

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

4-hal

7-tejtermék, 10-mustár

13-csillagfürt

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék

11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfid

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-13
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmészvezető