

Heti étlap - 2026.09.21 - 09.25

Felnőtt

HÉTFŐ

Ebéd A menü

Marokkói vöröslencse krémleves [1,10,(12)]
Pirított kenyérkockával [1]
Tejszínes-gombás sertésragu [1,7]
Párolt bulgurral [1]

Fehé.: 46,8g Zsír: 45,2g T.Zs.: 11,9g
Szén.: 128,3g Cukor: 0,0g Só: 2,5g
Ener.: 1084,0kcal

Ebéd B menü

Marokkói vöröslencse krémleves [1,10,(12)]
Pirított kenyérkockával [1]
Sült csirkeszárnyak ketchupos pácban [(10)]
Édesburgonyapüré [(7)]

Fehé.: 63,0g Zsír: 60,4g T.Zs.: 18,2g
Szén.: 76,9g Cukor: 3,9g Só: 1,7g
Ener.: 1100,1kcal

KEDD

Ebéd A menü

Pásztorgulyás
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]
Bounty tejbegríz [1,7]
Csokoládé öntettel [1,7,15]

Alma

Fehé.: 41,8g Zsír: 34,1g T.Zs.: 12,5g
Szén.: 177,2g Cukor: 56,5g Só: 1,9g
Ener.: 1191,7kcal

Ebéd B menü

Pásztorgulyás
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]
Zöldséges lasagne [1,7]
Alma

Fehé.: 40,2g Zsír: 30,9g T.Zs.: 7,8g
Szén.: 133,1g Cukor: 3,5g Só: 4,2g
Ener.: 979,6kcal

SZERDA

Ebéd A menü

Édes paradicsomleves [1,9]
Betűtésztaival [1,3]
Zöldborsós pulykaragu [1]
Jázmín rizszel

Fehé.: 36,2g Zsír: 24,8g T.Zs.: 4,0g
Szén.: 175,8g Cukor: 54,0g Só: 2,4g
Ener.: 1046,1kcal

Ebéd B menü

Édes paradicsomleves [1,9]
Betűtésztaival [1,3]
Rácós rakott hal [1,4,7,(3,6,9,10)]

Fehé.: 34,5g Zsír: 25,3g T.Zs.: 6,7g
Szén.: 154,8g Cukor: 54,0g Só: 2,7g
Ener.: 998,3kcal

CSÜTÖRTÖK

Ebéd A menü

Orjaleves benne főtt zöldségekkel [9,(1)]
Tarkabab főzelék [1]
Majorannás húsgolyó [1,3]
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]

Fehé.: 48,3g Zsír: 38,4g T.Zs.: 9,0g
Szén.: 120,8g Cukor: 0,0g Só: 6,7g
Ener.: 1034,3kcal

Ebéd B menü

Orjaleves benne főtt zöldségekkel [9,(1)]
Sertés aprósült [1,(3,6,7,9,10)]
Paradicsomos káposzta főzelék [1]
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]

Fehé.: 31,9g Zsír: 46,1g T.Zs.: 12,1g
Szén.: 67,9g Cukor: 15,6g Só: 2,4g
Ener.: 816,8kcal

PÉNTEK

Ebéd A menü

Tejszínes tárkonyos zöldségleves [1,7,9]
Csirkepörkölt tejföllel habarva [1,7]
Szarvacska tésztával [1,3]

Fehé.: 48,4g Zsír: 18,0g T.Zs.: 4,3g
Szén.: 95,8g Cukor: 0,0g Só: 2,1g
Ener.: 743,4kcal

Ebéd B menü

Tejszínes tárkonyos zöldségleves [1,7,9]
Betyáros sertéscsík [1]
Pirított kockaburgonyával

Fehé.: 30,5g Zsír: 72,2g T.Zs.: 16,9g
Szén.: 83,7g Cukor: 2,8g Só: 2,0g
Ener.: 1127,1kcal

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változtatásokról az érintett intézményeket értesítjük. Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20419-2804

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 - szeszám | 12 - kén-dioxid - szulfid | 13 - csillagfürt | 14 - puhatestűek | 15 - mesterséges
édesítőszer |

16 - édesgyökér