

Heti étlap 2026.01.12 - 2026.01.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05233) Tojásmentes 7-14	Csipkebogyó tea, Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Vaníliás tej[7], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea, Hot-dog[1,7]	Csipkebogyó tea, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Sült paprikakrémes[7], Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 191.72 Kcal / 801.39 KJ	Energia: 281.45 Kcal / 1,176.46 KJ	Energia: 245.81 Kcal / 1,027.49 KJ	Energia: 209.65 Kcal / 876.34 KJ	Energia: 201.67 Kcal / 842.98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		5.47 g 14.87 g 4.31 g	6.91 g 17.02 g 5.43 g	22.52 g 24.56 g 9.39 g	6.73 g 16.52 g 4.68 g	7.67 g 13.54 g 6.71 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(05233) Tojásmentes 7-14	Zellerkrémleves[1,7,9], Pirított kenyérkockával[1], Paprikás burgonya , Csemege uborkával[15,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Magyaros karalábéleves[1], Eatrend sertésragu[7,(1,6)], Párolt rizszel	Babgulyás [1,9], Áfonyalekváros(12), Prézlis nudli, Porcukorral, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Alma	Rántott leves[1], Pirított kenyérkockával[1], Vagdalt, Tökfőzelékkel[1,7], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Kerti zöldségleves[9], Halpaprikás[1,4,7], Galuskával[1]
		Energia: 753.40 Kcal / 3,149.21 KJ	Energia: 632.79 Kcal / 2,645.06 KJ	Energia: 1,032.43 Kcal / 4,315.56 KJ	Energia: 656.16 Kcal / 2,742.75 KJ	Energia: 601.43 Kcal / 2,513.98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		17.86 g 29.72 g 8.12 g	17.49 g 31.12 g 8.00 g	23.30 g 10.60 g 2.33 g	22.88 g 23.20 g 4.20 g	26.35 g 19.59 g 4.31 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(05233) Tojásmentes 7-14	Vaníliás szív-TündérManna	Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával, Mandarin	Póréhagymás sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllal	Vaníliás puding, Diétás pékáru BL[1]	Kenőmájassal, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel
		Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ	Energia: 281.73 Kcal / 1,177.63 KJ	Energia: 115.51 Kcal / 482.83 KJ	Energia: 158.44 Kcal / 662.28 KJ	Energia: 93.14 Kcal / 389.33 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		0.84 g 5.10 g 1.50 g	5.29 g 23.65 g 7.24 g	1.78 g 11.58 g 6.87 g	4.50 g 5.28 g 2.91 g	3.66 g 8.13 g 3.31 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

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-csillagfűt

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék

11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfid

15-mestermézes édesítőszer