

Heti étlap 2025.09.29. - 2025.10.03.

 Tízórai	5303 Tej és rozslisztmentes 7-14 éves	Herba tea, Zöldfűszeres növényi szendvicskrémés, Diétás pékáru BL[1]			Herba tea, Növényi körözöttes, Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Rizstej, Baracklekváros(12), Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]			Herba tea, Tonhalkrémés[4], Diétás pékáru BL[1]			Tejeskávé rizstejből, Violife növényi sajt szelettel, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéellel		
		Energia: 101.14 Kcal / 422.77 Kj			Energia: 39.24 Kcal / 164.02 Kj			Energia: 263.44 Kcal / 1,101.18 Kj			Energia: 98.54 Kcal / 411.90 Kj			Energia: 275.11 Kcal / 1,149.96 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.36 g	7.20 g	6.30 g	0.42 g	0.36 g	0.02 g	0.24 g	15.93 g	4.03 g	0.87 g	6.73 g	5.84 g	0.21 g	16.63 g	4.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		8.81 g	6.70 g	0.48 g	8.45 g	6.72 g	0.38 g	28.79 g	20.45 g	0.20 g	8.67 g	6.70 g	0.47 g	30.23 g	21.42 g	0.20 g
1			1			1,(12)			1,4			1				

Ebéd	5303 Tej és rozslisztmentes 7-14 éves	Zselici húsos leves[9], Burgonyás tészta, Csemege uborkával[15,(12)]			Csontleves [9], Főtt sertés szelet, Almamártással[1], Párolt rizzsel			Köménymagos leves, Sertéspörkölt[1], Sárgaborsófőzelékkel, Diétás pékáruval BL, ebédhez			Tejmentes tárkonyos sertésraguleves [1,9], Növényi túróval, Főtt tészta[1,(3)], Növényi tejfölös, Porcukorral, Körte			Daragaluska leves[1,3,9], Fasírt[1,3], Zöldbabfőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez		
		Energia: 270.54 Kcal / 1,130.86 Kj			Energia: 630.10 Kcal / 2,633.82 Kj			Energia: 709.47 Kcal / 2,965.58 Kj			Energia: 528.90 Kcal / 2,210.80 Kj			Energia: 957.79 Kcal / 4,003.56 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.02 g	11.26 g	1.66 g	29.98 g	19.93 g	4.19 g	25.65 g	25.29 g	6.52 g	16.64 g	15.26 g	3.66 g	25.60 g	38.91 g	9.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.86 g	1.08 g	4.20 g	92.58 g	12.89 g	1.53 g	93.44 g	3.01 g	0.58 g	80.63 g	10.04 g	1.50 g	123.64 g	27.30 g	2.79 g
9,15,(12)			1,9			1			1,9,(3)			1,3,9				

Uzsonna	5303 Tej és rozslisztmentes 7-14 éves	Mátrai diákcsemegés, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Paprikával			Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]			növényi sajtos pogácsa- TündérManna			Kenőmájassal, Diétás pékáru BL[1], Paprikával			Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL[1], Alma		
		Energia: 170.44 Kcal / 712.44 Kj			Energia: 228.22 Kcal / 953.96 Kj			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 Kj			Energia: 95.52 Kcal / 399.27 Kj			Energia: 80.96 Kcal / 338.41 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.25 g	15.96 g	4.45 g	4.18 g	23.24 g	7.24 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g	3.74 g	8.21 g	3.30 g	0.66 g	0.90 g	0.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		1.29 g	0.00 g	0.94 g	0.32 g	0.00 g	1.46 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g	8.66 g	0.15 g	0.51 g	16.84 g	3.00 g	0.02 g
1			1			1			1			1				

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
- 4-hal
- 7-tejtermék 10-mustár
- 13-csillagfürt
- 16-édesgyökér
- 2-rák
- 5-földimogyoró
- 8-diófélék 11-szezám
- 14-puhatestűek
- 3-tojás
- 6-szója
- 9-zeller 12-kéndioxid-szulfít
- 15-mesterséges édesítőszer