

Heti étlap - 2026.09.28 - 10.02

Felnőtt

HÉTFŐ

Ebéd A menü

Zöldséges-tejfölös vajbableves [1,7]
 Csopaki sertésragu [1,7]
 Párolt bulgurral [1]

Fehé.: 33,6g Zsír: 42,0g T.Zs.: 10,8g
 Szén.: 97,2g Cukor: 0,0g Só: 2,8g
 Ener.: 882,1kcal

Ebéd B menü

Zöldséges-tejfölös vajbableves [1,7]
 Sertéshúsos lecsó tojással feldobva [3]
 Párolt rizszel

Fehé.: 29,7g Zsír: 48,3g T.Zs.: 13,2g
 Szén.: 90,8g Cukor: 0,1g Só: 3,7g
 Ener.: 929,5kcal

KEDD

Ebéd A menü

Kelvirággrózsza leves [9]
 Házias húsgombóc [3]
 Paradicsommártással [1,9]
 1/2 adag Főtt burgonyával

Fehé.: 22,9g Zsír: 29,1g T.Zs.: 8,0g
 Szén.: 65,8g Cukor: 9,0g Só: 2,5g
 Ener.: 629,1kcal

Ebéd B menü

Kelvirággrózsza leves [9]
 Pásztortarhonya [1,3]

Fehé.: 32,8g Zsír: 32,9g T.Zs.: 9,9g
 Szén.: 80,8g Cukor: 0,0g Só: 2,7g
 Ener.: 755,9kcal

SZERDA

Ebéd A menü

Gombaleves fűszerpaprikával [1]
 Bazsalikomos tejszínes rakott penne csir-
 kehússal [1,3,7]
 Alma

Fehé.: 53,6g Zsír: 37,2g T.Zs.: 9,4g
 Szén.: 91,3g Cukor: 0,3g Só: 3,4g
 Ener.: 920,6kcal

Ebéd B menü

Gombaleves fűszerpaprikával [1]
 Zöldséges sertéstokány rizszel össze-
 főzve [(1)]
 Alma

Fehé.: 30,7g Zsír: 40,1g T.Zs.: 10,3g
 Szén.: 86,6g Cukor: 0,2g Só: 1,4g
 Ener.: 836,6kcal

CSÜTÖRTÖK

Ebéd A menü

Daragaluska leves [1,3,9]
 Chili" con carne [1]
 Nachosszal

Fehé.: 37,6g Zsír: 30,8g T.Zs.: 0,1g
 Szén.: 83,4g Cukor: 0,0g Só: 1,6g
 Ener.: 773,0kcal

Ebéd B menü

Daragaluska leves [1,3,9]
 Paprikás Burgonya
 Rozskenyérrel [1]

Fehé.: 29,0g Zsír: 31,9g T.Zs.: 13,4g
 Szén.: 104,1g Cukor: 0,1g Só: 5,1g
 Ener.: 827,8kcal

PÉNTEK

Ebéd A menü

Mézes-narancsos Sütőtök krémleves [1,7]
 Pirított kenyérkockával [1]
 Rántott halrudacska [1,3,4,(7)]
 Kukoricás rizszel
 Tartármártással [3,7,10,(12)]

Fehé.: 44,4g Zsír: 47,0g T.Zs.: 8,2g
 Szén.: 129,3g Cukor: 43,9g Só: 1,7g
 Ener.: 1123,1kcal

Ebéd B menü

Mézes-narancsos Sütőtök krémleves [1,7]
 Pirított kenyérkockával [1]
 Mediterrán pulykamell [1,7,(10)]
 Kuszksusszal [1]

Fehé.: 52,9g Zsír: 24,8g T.Zs.: 7,0g
 Szén.: 163,5g Cukor: 20,1g Só: 3,8g
 Ener.: 1046,5kcal

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