

Heti étlap 2025.10.06. - 2025.10.10.

 Tízórai	5303 Tej és rozslisztmentes 7-14 éves	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Rizstej, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]			Herba tea, Sült húskrémés, Diétás pékáru BL[1], Paprikával			Kakaó rizstejből, Mézes, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Alma			Herba tea, Tojáskrémés[3], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Herba tea, Növényi szendvicskrémés, Diétás pékáru BL[1], Paprikával		
		Energia: 211.76 Kcal / 885.16 Kj			Energia: 202.91 Kcal / 848.16 Kj			Energia: 383.89 Kcal / 1,604.66 Kj			Energia: 152.00 Kcal / 635.36 Kj			Energia: 107.76 Kcal / 450.44 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.13 g	15.92 g	4.03 g	2.60 g	17.68 g	5.01 g	1.00 g	16.54 g	4.05 g	2.43 g	12.34 g	3.58 g	0.77 g	7.31 g	6.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		16.09 g	8.03 g	0.20 g	8.07 g	6.70 g	0.38 g	56.27 g	37.70 g	0.24 g	7.59 g	6.84 g	0.21 g	9.82 g	6.70 g	0.48 g
1			1			1			1,3			1				

Ebéd	5303 Tej és rozslisztmentes 7-14 éves	Vegyes gyümölcsleves, Rakott karfiol rizzsel			Májgaluskaleves[9], Főtt tojás[3], Paraj főzelékkel[1], Főtt burgonyával			Tárkonyos zöldségleves[9], Rántott halfilével[1,3,4], Kukoricás rizzsel, Tartármártással[10,(12)]			Rántott leves, Pirított kenyérkockával[1], Csikós tokány, Tarhonyával[1,3]			Magyaros zellerleves[9], Sült virsli, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez		
		Energia: 620.94 Kcal / 2,595.53 Kj			Energia: 688.67 Kcal / 2,878.64 Kj			Energia: 622.22 Kcal / 2,600.88 Kj			Energia: 671.62 Kcal / 2,807.37 Kj			Energia: 508.35 Kcal / 2,124.90 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.35 g	32.56 g	9.48 g	33.04 g	30.72 g	7.41 g	19.39 g	23.45 g	9.46 g	23.86 g	32.93 g	7.21 g	26.31 g	39.44 g	10.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		57.22 g	8.99 g	3.26 g	55.22 g	0.63 g	2.09 g	82.54 g	1.33 g	2.66 g	69.35 g	0.00 g	1.97 g	79.99 g	8.24 g	1.48 g
		1,3,9			1,3,4,9,10,(12)			1,3			1,9					

Uzsonna	5303 Tej és rozslisztmentes 7-14 éves	Csirkemellsonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Házi szilvás gyümölcskrémével, Diétás pékáru BL[1]			Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Jégcsapretekkel			fahéjas csiga- TündérManna			Zöldfűszeres növényi szendvicskrémés, Diétás pékáru BL[1]		
		Energia: 164.91 Kcal / 689.32 Kj			Energia: 33.63 Kcal / 140.57 Kj			Energia: 232.46 Kcal / 971.68 Kj			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 Kj			Energia: 73.89 Kcal / 308.86 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.51 g	14.88 g	4.34 g	0.38 g	0.01 g	0.01 g	4.51 g	23.27 g	7.25 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	0.36 g	7.20 g	6.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.07 g	0.14 g	0.85 g	7.67 g	1.00 g	0.00 g	1.11 g	0.20 g	1.48 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	2.10 g	0.00 g	0.48 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

2-rák

3-tojás
- 4-hal

5-földimogyoró

6-szója
- 7-tejtermék, 10-mustár

8-diófélék

9-zeller
- 13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-mesterséges édesítők
- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Danubia Kft.

2730 Albertfalva, Pesti út 65.

Csoportos adózás: 17783408-5-11

Árjegyzék: 26215833-4-13

Élelmezésvezető