

Heti étlap 2025.10.13 - 2025.10.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05233) Tojásmentes 7-14	Vaníliás tej[7], Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea, Padlizsánkrémes[10,(12)], Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Herba tea, Póréhagymás sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL[1]	Herba tea, Pulykamell sonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Tej 1,5%[7], Csirkemellsonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 281.45 Kcal / 1,176.46 KJ	Energia: 114.75 Kcal / 479.66 KJ	Energia: 141.99 Kcal / 593.52 KJ	Energia: 192.16 Kcal / 803.23 KJ	Energia: 258.49 Kcal / 1,080.49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		6.91 g 17.02 g 5.43 g	0.77 g 8.03 g 2.16 g	1.71 g 11.56 g 6.87 g	5.51 g 14.88 g 4.34 g	12.00 g 17.86 g 5.71 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		24.83 g 13.39 g 0.47 g	9.67 g 6.70 g 0.28 g	7.56 g 6.70 g 0.35 g	8.78 g 6.84 g 0.85 g	12.14 g 0.00 g 1.11 g
		1,7	1,10,(12)	1,7	1	1,7
Ebéd	(05233) Tojásmentes 7-14	Magyaros karalábéleves[1], Borsos tokány (1), Párolt rizsszel	Kerti zöldségleves[9], Vagdalt, Tököfőzelékkal[1,7], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Sertésgulyás, Piskóta kocka[1], Csokoládé öntettel[7,15], Diétás pékáruval BL, ebédhez, Alma	Vajgaluskaleves , Paprikás burgonya , Csemege uborkával[15,(12)]	Zellerkrémleves[1,7,9], Pírtott kenyérkockával[1], Bácskai bulguros hús[1], Céklasalátával[15,(12)]
		Energia: 591.87 Kcal / 2,474.02 KJ	Energia: 624.85 Kcal / 2,611.87 KJ	Energia: 1,259.51 Kcal / 5,264.75 KJ	Energia: 455.27 Kcal / 1,903.03 KJ	Energia: 670.27 Kcal / 2,801.73 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		18.40 g 27.36 g 6.62 g	23.16 g 20.41 g 3.84 g	24.25 g 35.59 g 7.80 g	15.32 g 24.57 g 7.07 g	23.12 g 29.16 g 7.58 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		67.26 g 0.03 g 1.34 g	85.49 g 14.25 g 1.71 g	209.12 g 72.01 g 1.23 g	42.09 g 0.01 g 4.69 g	81.76 g 8.36 g 1.44 g
		1	1,7,9	1,7,15	15,(12)	1,7,9,15,(12)
Uzsonna	(05233) Tojásmentes 7-14	Mátrai diákcsemegés, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Vaníliás puding, Diétás pékáru BL[1]	Szendvics sonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Vaníliás túrókrémes[7,(12)], Diétás pékáru BL[1]	Kenőmájassal, Diétás pékáru BL[1], Jégscapretekkel
		Energia: 170.44 Kcal / 712.44 KJ	Energia: 158.44 Kcal / 662.28 KJ	Energia: 166.79 Kcal / 697.18 KJ	Energia: 65.95 Kcal / 275.67 KJ	Energia: 93.14 Kcal / 389.33 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	4.50 g 5.28 g 2.91 g	6.73 g 14.42 g 3.96 g	5.44 g 2.83 g 1.54 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
		1.29 g 0.00 g 0.94 g	23.07 g 18.20 g 0.10 g	2.33 g 0.00 g 0.89 g	4.62 g 3.00 g 0.02 g	8.44 g 0.35 g 0.53 g
		1	1	1	1,7,(12)	1

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-csillagfürt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék

11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfid

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-10
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető