


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Gyöngyös Iskola 11-14éves FN (A)	Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal			Kifli Margarinnal			Sült hagyma krémes Félbarna kenyér			Kalács Margarinnal			Magyaros vajkrémes Rozskenyér Paradicsommal		
		Energia: 246.80 Kcal / 1,031.62 KJ			Energia: 126.58 Kcal / 529.10 KJ			Energia: 269.71 Kcal / 1,127.39 KJ			Energia: 302.89 Kcal / 1,266.08 KJ			Energia: 274.97 Kcal / 1,149.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		8.05 g	11.60 g	4.34 g	3.76 g	2.28 g	1.00 g	6.72 g	12.16 g	5.48 g	10.17 g	7.21 g	3.30 g	7.11 g	13.14 g	10.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.45 g	0.00 g	2.02 g	22.80 g	0.00 g	0.47 g	33.01 g	0.00 g	0.40 g	48.81 g	14.10 g	0.72 g	31.74 g	0.00 g	0.70 g		
1,(7)			1,(7)			1,7			1,3,7			1,7				
Ebéd	Gyöngyös Iskola 11-14éves FN (A)	Sárgaborsó-krémleves pirított kenyérgockával Sertéspörkölt Orsó tésztával			Magyaros csipetkeves Tökfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluskaleves Mákos tészta Alma			Paradicsomleves Betűtészttával Burgonyapüré Zöldséges pulykavagdalttal			Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel		
		Energia: 841.98 Kcal / 3,519.48 KJ			Energia: 502.12 Kcal / 2,098.86 KJ			Energia: 567.72 Kcal / 2,373.07 KJ			Energia: 669.48 Kcal / 2,798.43 KJ			Energia: 620.82 Kcal / 2,595.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		35.24 g	40.29 g	9.58 g	18.51 g	32.92 g	9.05 g	19.61 g	14.02 g	3.32 g	24.90 g	14.57 g	3.40 g	20.73 g	30.25 g	8.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
83.79 g	0.06 g	4.14 g	66.67 g	9.01 g	4.39 g	89.86 g	19.99 g	2.30 g	108.52 g	31.97 g	5.77 g	65.67 g	0.01 g	2.42 g		
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Ebéd	Gyöngyös Iskola 11-14éves FN (B)	Sárgaborsó-krémleves pirított kenyérgockával Rakott kelkáposzta			Magyaros csipetkeves Majorannás sertésragu Párolt rizszel			Húsgaluskaleves Morzsás nudli Vanília sodóval Alma			Paradicsomleves Betűtészttával Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Céklasalátával			Csurgatott tojásleves Burgonyafőzelék Fasírttal		
		Energia: 676.04 Kcal / 2,825.85 KJ			Energia: 761.39 Kcal / 3,182.61 KJ			Energia: 667.92 Kcal / 2,791.91 KJ			Energia: 892.40 Kcal / 3,730.23 KJ			Energia: 616.99 Kcal / 2,579.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		30.84 g	29.98 g	9.05 g	25.81 g	34.70 g	8.32 g	23.25 g	7.52 g	2.53 g	25.06 g	33.00 g	7.83 g	20.44 g	35.37 g	8.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.01 g	0.04 g	5.23 g	90.17 g	0.02 g	7.34 g	124.18 g	6.00 g	3.38 g	120.57 g	36.77 g	4.67 g	53.06 g	0.01 g	2.71 g		
1,7,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,9,15,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Gyöngyös Iskola 11-14éves FN (A)	Helyben sült vaniliás táska			Kenőmájasos Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborkával			Diákcsomag Korpás zsemle Margarinnal			Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéellel			Helyben sült sajtos pogácsa		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 250.19 Kcal / 1,045.79 KJ			Energia: 197.43 Kcal / 825.26 KJ			Energia: 208.12 Kcal / 869.94 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	9.90 g	8.89 g	3.33 g	6.98 g	6.13 g	2.39 g	8.09 g	7.16 g	2.65 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	32.36 g	3.85 g	0.43 g	28.55 g	0.00 g	1.04 g	27.78 g	0.00 g	1.36 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,(7)			1,3,7				

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,laktóz	10-mustár	13-csilagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Dánubia Kft.
 2737 Albertfűrső, Pécsi út 65.
 Csoportos étkezés: 17783408-5-13
 Adószám: 26218833-4-13
 Élelmészvezető