


Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek																					
 Reggeli	Gyöngyös Középiskola 15-18 éves	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Margarinnal Tejles kiőrlésű kenyér(1) Jégcsapretek			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)			Tejeskávé(7) Kifli(1)			Barackos tea Házi hűspástétom(10,7) Rozskenyér(1) Salátalevéllel			ÜNNEPNAP																					
		Energia: 511.99 Kcal / 2,140.12 KJ			Energia: 603.87 Kcal / 2,524.18 KJ			Energia: 444.80 Kcal / 1,859.26 KJ			Energia: 586.02 Kcal / 2,449.56 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																						
		16.57 g	12.83 g	4.65 g	13.59 g	18.80 g	7.17 g	17.74 g	5.06 g	2.64 g	16.02 g	17.28 g	15.82 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
82.39 g			25.24 g			1.22 g			94.19 g			30.78 g			0.04 g			81.56 g			19.98 g			1.22 g			90.80 g			29.98 g			1.64 g		
Tízórai	Gyöngyös Középiskola 15-18 éves	Narancs			Körte			Alma			Körte			ÜNNEPNAP																					
		Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ			Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																						
		0.60 g	0.20 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
8.50 g			0.00 g			0.01 g			18.00 g			0.00 g			0.01 g			10.50 g			0.00 g			0.02 g			18.00 g			0.00 g			0.01 g		
Ebéd	Gyöngyös Középiskola 15-18 éves	Tojásleves(3,1) Csikós tokány(1,7) Párolt rizszel			Kertészleves(9) Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)			Citromos almaleves(1,7) Csirkepörkölt Szarvacská tésztával(3,1) Céklasalátával(15)			Fejttbab-leves (9,1) Vaníliás tejberizs(1,7) Kakaó szóráttal			ÜNNEPNAP																					
		Energia: 893.04 Kcal / 3,732.91 KJ			Energia: 804.21 Kcal / 3,361.60 KJ			Energia: 1,055.42 Kcal / 4,411.66 KJ			Energia: 777.20 Kcal / 3,248.70 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																						
		29.50 g	50.30 g	12.41 g	32.73 g	43.35 g	11.34 g	72.32 g	28.96 g	6.41 g	20.19 g	11.52 g	3.03 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
79.58 g			0.01 g			5.68 g			69.84 g			0.02 g			3.78 g			131.40 g			36.87 g			5.39 g			147.90 g			57.46 g			3.20 g		
Ebéd	Gyöngyös Középiskola 15-18 éves	Tojásleves(3,1) Reszelt máj Főtt burgonyával			Kertészleves(9) Tejfölös Zöldbabfőzelék(1,7) Fasírtal(3,1)			Citromos almaleves(1,7) Rántott sertésszelet(3,1) Burgonyapürével(7)			Fejttbab-leves (9,1) Sajtos-tejfölös tészta(7,3,1)			ÜNNEPNAP																					
		Energia: 535.25 Kcal / 2,237.35 KJ			Energia: 650.47 Kcal / 2,718.96 KJ			Energia: 1,321.92 Kcal / 5,525.63 KJ			Energia: 834.85 Kcal / 3,489.67 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																						
		30.68 g	17.13 g	3.33 g	25.43 g	40.24 g	10.34 g	37.62 g	76.72 g	9.21 g	33.11 g	35.53 g	13.27 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
63.02 g			0.01 g			4.21 g			45.71 g			0.02 g			3.61 g			124.39 g			22.98 g			4.94 g			94.53 g			0.01 g			3.59 g		
Uzsonna	Gyöngyös Középiskola 15-18 éves	Helybensült meggyes táska(1,7)			Szendvics sonkás Korpás zsemle(1) Margarinnal Kígyóborkával			Olasz felvágottas Korpás zsemle(1) Margarinnal			Helybensült sajtos pogácsa(3,1,7)			ÜNNEPNAP																					
		Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ			Energia: 365.10 Kcal / 1,526.12 KJ			Energia: 441.72 Kcal / 1,846.39 KJ			Energia: 365.04 Kcal / 1,525.87 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																						
		7.56 g	36.54 g	9.74 g	18.73 g	5.31 g	2.61 g	14.88 g	17.02 g	6.64 g	4.92 g	26.20 g	7.16 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
79.96 g			41.82 g			1.34 g			60.57 g			0.19 g			2.07 g			57.12 g			0.00 g			2.82 g			26.96 g			0.00 g			1.58 g		
Vacsora	Gyöngyös Középiskola 15-18 éves	Gyümölcsös tea Paprikás burgonya füstölt kolbásszal Csemege uborkával(15)			Gyümölcsös tea Kolbászkrémes(7) Rozskenyér(1) Salátalevéllel			Gyümölcsös tea Virslis lecsó Párolt rizszel			Gyümölcsös tea Brassói aprópecsenye Káposztasalátával			ÜNNEPNAP																					
		Energia: 649.50 Kcal / 2,714.91 KJ			Energia: 536.52 Kcal / 2,242.65 KJ			Energia: 596.97 Kcal / 2,495.33 KJ			Energia: 934.45 Kcal / 3,906.00 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																						
		19.56 g	30.36 g	8.81 g	14.38 g	17.04 g	15.99 g	21.57 g	40.00 g	9.92 g	29.74 g	34.34 g	9.70 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
72.79 g			20.01 g			7.13 g			80.67 g			19.99 g			1.63 g			94.51 g			19.99 g			2.89 g			123.59 g			34.98 g			4.67 g		

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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
 2730/Algyőúrsza, Pesti út 65.
 Csoportos Adószám: 17783406-5-13
 Adószám: 26215833-4-13

Élelmézszevető