

Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	(00030) Középiskola A	Téli varázslat tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával			Tej Gabonagyógyó Tavaszi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Kigyóuborkával			Meggyes tea Tejjes kiórlésű kenyér Vaníliás túrókrém Diákcsomagolás Zsemle Margarinnal Paprikával			Kakaó Kalács Margarinnal			Citromos tea Majonéz tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával Tejszelet		
		Energia: 701.70 Kcal / 2,933.11 KJ			Energia: 425.63 Kcal / 1,779.13 KJ			Energia: 463.63 Kcal / 1,937.97 KJ			Energia: 692.49 Kcal / 2,894.61 KJ			Energia: 648.39 Kcal / 2,710.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.74 g	21.30 g	7.75 g	18.59 g	9.44 g	4.41 g	14.87 g	7.11 g	2.74 g	22.93 g	20.40 g	9.05 g	12.30 g	23.81 g	9.04 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
112.23 g 48.07 g 0.00 g			66.23 g 2.47 g 1.33 g			84.56 g 26.48 g 0.52 g			104.09 g 21.38 g 1.71 g			95.30 g 36.71 g 1.53 g				
1			1,7,(3),(5)			1,7,(12)			1,3,7			1,3,4,7,10				
Ebéd A	(00030) Középiskola A	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel			Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma			Citromos almaleves Burgonyapüré Stefánia vagdalttal			Tejfölös zöldbableves Tarhonyás Céklasalátával			Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 1,070.07 Kcal / 4,472.89 KJ			Energia: 750.17 Kcal / 3,135.71 KJ			Energia: 948.65 Kcal / 3,965.36 KJ			Energia: 1,044.11 Kcal / 4,364.38 KJ			Energia: 706.40 Kcal / 2,952.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		33.28 g	57.58 g	14.74 g	30.91 g	29.19 g	13.31 g	34.70 g	40.58 g	13.31 g	38.79 g	49.62 g	13.04 g	38.78 g	50.24 g	13.01 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
104.02 g 0.02 g 4.91 g			91.08 g 0.05 g 2.00 g			115.77 g 22.98 g 5.49 g			109.27 g 8.05 g 4.76 g			94.46 g 19.99 g 3.13 g				
1,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9				
Ebéd B	(00030) Középiskola A	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Lucskos káposzta Félbarna kenyérral			Májgaluskaleves Stíriai metélt Alma			Citromos almaleves Milánói makaróni Reszelt sajttal			Tejfölös zöldbableves Tökfőzelék Lenmagos fasírttal			Tojásleves Zúzaporkölt Szarvacskas tészta		
		Energia: 856.07 Kcal / 3,578.37 KJ			Energia: 466.69 Kcal / 1,950.76 KJ			Energia: 903.59 Kcal / 3,777.01 KJ			Energia: 852.09 Kcal / 3,561.74 KJ			Energia: 649.50 Kcal / 2,714.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		32.66 g	47.62 g	13.25 g	34.79 g	24.12 g	11.16 g	44.25 g	34.90 g	10.54 g	30.80 g	47.78 g	14.10 g	38.47 g	18.24 g	3.44 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
73.80 g 0.02 g 1.54 g			103.57 g 5.05 g 2.11 g			108.74 g 27.98 g 7.16 g			73.74 g 15.03 g 2.44 g			82.11 g 0.01 g 2.99 g				
1,7,9			1,3,7,9,(12)			1,3,7			1,3,7,9			1,3,9				
Vacsora	(00030) Középiskola A	Barackos tea Töltött háromszög			Epres tea Sertéspaprikás Galuskával Csemege uborkával			Erdei gyümölcsös tea Gyros tál			Almás-fahéjas tea Sonkás-kukoricás pizzaszelet					
		Energia: 945.81 Kcal / 3,953.49 KJ			Energia: 1,102.73 Kcal / 4,609.41 KJ			Energia: 372.90 Kcal / 1,558.72 KJ			Energia: 820.10 Kcal / 3,428.02 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		42.25 g	25.70 g	10.02 g	35.86 g	53.27 g	13.47 g	11.45 g	5.56 g	3.02 g	25.78 g	19.87 g	5.95 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só							
135.85 g 32.98 g 1.62 g			118.51 g 19.99 g 6.69 g			68.75 g 27.73 g 3.55 g			132.26 g 48.27 g 2.17 g							
1,3,7			1,3,7,15,(12)			7,9,(1),(10)			1,7							

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

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
2737 Alapfűrső, Pécsi út 65.
Csoportos étkezés: 17783406-5-13
Adószám: 25215693-13

Élelmiszervezető