


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(08512) Gyöngyös Iskola 11-14 FN TEU (A)</b>	Mézés Félbarna kenyér Margarinnal			Sárgarépás sajtvárászkremes Rozskenyér			Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Tavaszi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Körözöttes Korpás zsemle Uborkával		
		Energia: 237.91 Kcal / 994.46 KJ			Energia: 256.13 Kcal / 1,070.62 KJ			Energia: 274.96 Kcal / 1,149.33 KJ			Energia: 202.02 Kcal / 844.44 KJ			Energia: 184.42 Kcal / 770.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		5.96 g	2.60 g	1.08 g	7.57 g	11.25 g	9.51 g	6.38 g	14.40 g	5.51 g	7.09 g	6.76 g	2.55 g	9.30 g	2.71 g	1.65 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
47.58 g 16.20 g 0.06 g			30.84 g 0.00 g 1.08 g			29.64 g 0.60 g 0.59 g			28.15 g 0.00 g 1.32 g			30.50 g 3.85 g 0.93 g				
1,(7)			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>(08512) Gyöngyös Iskola 11-14 FN TEU (A)</b>	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajttal			Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szóráttal Alma			HagymakréMLEves Pírtott kenyérröckkövával Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérnarnetölttel Paradicsomos húsöombóc Fött burgonyával Félbarna kenyérral		
		Energia: 562.60 Kcal / 2,351.67 KJ			Energia: 683.88 Kcal / 2,858.62 KJ			Energia: 593.37 Kcal / 2,480.29 KJ			Energia: 678.38 Kcal / 2,835.63 KJ			Energia: 682.15 Kcal / 2,851.39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		32.17 g	21.42 g	7.65 g	23.35 g	29.54 g	7.70 g	24.76 g	8.78 g	3.41 g	18.94 g	32.15 g	7.40 g	23.79 g	24.71 g	6.36 g
60.04 g 0.02 g 4.76 g			79.50 g 0.00 g 1.71 g			103.30 g 38.67 g 1.28 g			77.52 g 0.09 g 1.36 g			90.03 g 15.03 g 2.99 g				
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9				
<b>Ebéd</b>	<b>(08512) Gyöngyös Iskola 11-14 FN TEU (B)</b>	Kerti zöldségleves Székelykáposzta Félbarna kenyérral			Reszelt tészta leves Csirkemáj rizottó Reszelt sajttal			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Burgonyás tészta Vegyes vágottal Alma			HagymakréMLEves Pírtott kenyérröckkövával Chilis bab			Csontleves Cérnarnetölttel Bakonyi sertésragu Masni tésztával		
		Energia: 387.83 Kcal / 1,621.13 KJ			Energia: 663.22 Kcal / 2,772.26 KJ			Energia: 678.21 Kcal / 2,834.92 KJ			Energia: 580.38 Kcal / 2,425.99 KJ			Energia: 331.46 Kcal / 1,385.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		17.89 g	20.68 g	6.95 g	33.93 g	17.99 g	5.67 g	28.35 g	15.88 g	2.93 g	27.81 g	25.07 g	7.20 g	16.92 g	19.40 g	6.10 g
32.05 g 0.02 g 2.55 g			90.83 g 0.00 g 1.19 g			104.01 g 0.01 g 3.02 g			60.10 g 0.00 g 2.23 g			21.83 g 0.15 g 1.26 g				
1,7,9,(12)			1,3,7			1,3,7,9,15,(10),(12)			1,7			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>(08512) Gyöngyös Iskola 11-14 FN TEU (A)</b>	Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Meggyes táská			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal			Sajtkrémes rúd			Kifli Pudinggal		
		Energia: 234.88 Kcal / 981.80 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 217.86 Kcal / 910.65 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		8.06 g	9.33 g	3.45 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.27 g	7.81 g	3.09 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
29.60 g 0.00 g 1.17 g			39.98 g 18.16 g 0.67 g			28.56 g 0.00 g 0.80 g			33.28 g 0.00 g 1.69 g			22.80 g 0.00 g 0.41 g				
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			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-csillagfürt             | 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 Alparfúrsa, Pécsi út 65.  
 Cégjegyzékszám: 17783406-5-13  
 Adószám: 25115689-4-13

**Élelmészévezető**