


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Csokis tejtital Kifli			Citromos tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér			Tej Baracklekváros Zsemle Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes Korpás kenyér			Meggyes tea Sokmagvas sajtkrémes Korpás zsemle		
		Energia: 174.28 Kcal / 728.49 KJ			Energia: 347.99 Kcal / 1.454.60 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1.024.27 KJ			Energia: 281.19 Kcal / 1.175.37 KJ			Energia: 333.79 Kcal / 1.395.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.86 g	0.97 g	0.80 g	6.61 g	13.07 g	5.16 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	4.88 g	10.82 g	5.03 g	6.74 g	12.03 g	6.74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.80 g	11.00 g	0.50 g	50.49 g	19.98 g	1.15 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	40.61 g	12.00 g	1.29 g	49.15 g	20.01 g	0.85 g		
1,7		1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,7			1,7,11					
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Májgaluskaleves Káposztás tészta			Vegyes gyümölcsleves Párolt rizs Sertéspörkölttel Házi káposztasalátával			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Pusztapörkölt Félbarna kenyérrrel Vitaminálátával			Tárkonyos csirkeraguleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 396.85 Kcal / 1.658.83 KJ			Energia: 916.39 Kcal / 3.830.51 KJ			Energia: 684.48 Kcal / 2.861.13 KJ			Energia: 699.36 Kcal / 2.923.32 KJ			Energia: 686.82 Kcal / 2.870.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.29 g	6.11 g	1.14 g	21.23 g	55.16 g	7.75 g	25.29 g	33.72 g	8.60 g	23.81 g	28.53 g	7.18 g	23.64 g	17.34 g	4.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69.93 g	14.03 g	1.94 g	87.20 g	14.79 g	3.29 g	68.90 g	0.02 g	5.99 g	85.35 g	5.01 g	4.41 g	108.61 g	46.48 g	2.48 g		
1,3,9		1,3,7,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9					
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Májgaluskaleves Dejős tészta			Vegyes gyümölcsleves Tört burgonya Rántott párizsival			Lebbencsleves Rácok rakott hal			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Gombás-csirkes rizottó Reszelt sajttal			Tárkonyos csirkeraguleves Túrós tészta		
		Energia: 423.60 Kcal / 1.770.65 KJ			Energia: 552.38 Kcal / 2.308.95 KJ			Energia: 605.72 Kcal / 2.531.91 KJ			Energia: 658.76 Kcal / 2.753.62 KJ			Energia: 569.96 Kcal / 2.382.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.15 g	8.98 g	1.21 g	12.18 g	26.64 g	3.36 g	23.71 g	21.68 g	5.54 g	31.06 g	26.05 g	5.92 g	32.24 g	20.47 g	8.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68.26 g	10.53 g	1.21 g	68.97 g	13.99 g	2.81 g	76.77 g	0.02 g	5.15 g	74.80 g	0.05 g	2.60 g	63.84 g	0.02 g	2.33 g		
1,3,8,9,(5)		1,3,6,7			1,3,4,7,9			1,7,9			1,3,7,9					
Uzsonna	Iskola felső 11-14 éves	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Kifli Kockasajttal			Tavaszi felvágott Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Helybensült kakaós csiga			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 263.98 Kcal / 1.103.44 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1.086.38 KJ			Energia: 230.91 Kcal / 965.20 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 273.54 Kcal / 1.143.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.00 g	12.00 g	4.39 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g	9.51 g	7.51 g	7.33 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g	10.04 g	11.85 g	4.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.01 g	4.68 g	1.41 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g	31.25 g	3.85 g	1.33 g	19.20 g	8.72 g	0.32 g	31.55 g	0.00 g	1.32 g		
1,(7)		1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2737 Alpari útszág, Pécsi út 65.
 Csepel, Budapest, 1173-4-5-13
 Tel: 201 19833-4
 *Árjegyzék: 2021.09.30-4-13
Élelmiszervezető