


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Gyöngyös Iskola 11-14 éves FN TEU (A)	Mézés Félbarna kenyér Margarinnal			Zsíros kenyér Lilahagymával			Kifli Margarinnal Alma			Tonhalkrémes Rozskenyér Kígyóborkával Sárgabarackos zabrudai			Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 237.91 Kcal / 994.46 KJ			Energia: 256.53 Kcal / 1.072.30 KJ			Energia: 126.58 Kcal / 529.10 KJ			Energia: 289.87 Kcal / 1.211.66 KJ			Energia: 179.40 Kcal / 749.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.96 g	2.60 g	1.08 g	6.43 g	11.08 g	8.22 g	3.76 g	2.28 g	1.00 g	7.43 g	14.69 g	10.01 g	6.64 g	4.76 g	1.52 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	32.43 g	0.00 g	0.71 g	22.80 g	0.00 g	0.47 g	31.63 g	4.45 g	0.74 g	27.48 g	0.00 g	0.83 g		
1,(7)		1		1,(7)		1,3,4,7,10		1,3,(7)								
Ebéd	Gyöngyös Iskola 11-14 éves FN TEU (A)	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Erőleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Rántott leves Pirított kenyérkockával Sajtos-tejszínes csirkeragu Párolt rizszel			Kerti zöldségleves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával			Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral		
		Energia: 724.68 Kcal / 3.029.16 KJ			Energia: 873.63 Kcal / 3.651.77 KJ			Energia: 842.43 Kcal / 3.521.36 KJ			Energia: 699.95 Kcal / 2.925.79 KJ			Energia: 1.048.24 Kcal / 4.381.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.52 g	34.97 g	11.41 g	30.86 g	42.90 g	8.77 g	26.85 g	40.06 g	11.32 g	29.86 g	29.88 g	8.41 g	27.07 g	50.32 g	8.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.86 g	2.31 g	2.32 g	91.26 g	19.98 g	1.86 g	92.23 g	0.04 g	1.61 g	77.71 g	0.66 g	3.26 g	120.83 g	23.25 g	1.93 g		
1,3,7,9,(6),(12)		1,3,7,9		1,7,9		1,3,7,9,10,(12)		1,3,7,10,(12)								
Ebéd	Gyöngyös Iskola 11-14 éves FN TEU (B)	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Lecsós sertésragu Tarhonyával			Erőleves Burgonyapüré Húsgolyóval			Rántott leves Pirított kenyérkockával Paradicsomos húscsoposza Félbarna kenyérrrel			Kerti zöldségleves Hagymás tört burgonya Reszelt májjal			Lencseleves Rizsfelfűjt Baracklevárral		
		Energia: 869.86 Kcal / 3.636.01 KJ			Energia: 702.88 Kcal / 2.938.04 KJ			Energia: 637.75 Kcal / 2.665.80 KJ			Energia: 485.37 Kcal / 2.028.85 KJ			Energia: 911.84 Kcal / 3.811.49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.22 g	49.98 g	13.26 g	22.92 g	37.61 g	8.93 g	20.83 g	33.38 g	7.36 g	22.67 g	15.31 g	3.33 g	30.32 g	18.36 g	5.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.58 g	0.28 g	4.49 g	66.61 g	0.00 g	3.03 g	62.07 g	1.04 g	1.47 g	63.53 g	0.06 g	5.00 g	155.32 g	53.06 g	1.75 g		
1,3,7,9		1,3,7,9		1,9		1,3,7,9		1,3,7,10,(12)								
Uzsonna	Gyöngyös Iskola 11-14 éves FN TEU (A)	Kenőmájasos Korpás kifli Kígyóborkával			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Sajt szeletes Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Helybensült ráncos túrós táska			Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 234.21 Kcal / 979.00 KJ			Energia: 254.34 Kcal / 1.063.14 KJ			Energia: 230.47 Kcal / 963.36 KJ			Energia: 308.00 Kcal / 1.287.44 KJ			Energia: 204.29 Kcal / 853.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.68 g	8.93 g	3.36 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	10.85 g	8.06 g	4.32 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.40 g	6.24 g	2.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.51 g	3.85 g	0.91 g	28.59 g	0.00 g	1.38 g	28.55 g	0.00 g	0.54 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	29.60 g	0.00 g	0.59 g		
1,(6),(7),(10)		1,(7)		1,7		1,3,6,7,(8),(11),(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-csilagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szszám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2737 Alkarsa, Pesti út 65.
 Csoportszám: 17783406-5-13.....
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmészvezető