

Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

 Reggeli	Felnőtt	hétfő Barackos tea Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa sajtvazárskrémrel	kedd Kakaó Kifli Margarinnal	szerda Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér	csütörtök Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	péntek Tej Csokis túrókrémes Korpás kenyér	szombat Meggyes tea Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal	vasárnap Maci kávé Molnárka Margarinnal
		Energia: 499.96 Kcal / 2,089.83 KJ	Energia: 459.56 Kcal / 1,920.96 KJ	Energia: 534.09 Kcal / 2,232.50 KJ	Energia: 599.10 Kcal / 2,504.24 KJ	Energia: 470.50 Kcal / 1,966.69 KJ	Energia: 552.25 Kcal / 2,308.41 KJ	Energia: 715.82 Kcal / 2,992.13 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13.32 g 14.87 g 6.66 g	18.00 g 9.09 g 4.46 g	9.40 g 16.82 g 7.73 g	12.98 g 20.81 g 8.10 g	23.16 g 8.17 g 4.06 g	16.65 g 12.51 g 4.91 g	21.40 g 18.48 g 8.36 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		77.48 g 19.99 g 0.69 g	76.50 g 14.99 g 1.34 g	85.52 g 29.98 g 1.41 g	89.14 g 30.97 g 1.20 g	75.51 g 3.54 g 1.82 g	92.84 g 29.98 g 1.03 g	115.52 g 45.36 g 1.76 g
		1,7	1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,7,(5),(8)	1,(7)	1,3,7
Tízórai	Felnőtt	Alma	Banán	Körte	Narancs	Körte	Alma	Narancs
		Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ	Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ	Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ	Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0.60 g 0.60 g 0.00 g	1.95 g 0.15 g 0.00 g	0.60 g 0.45 g 0.00 g	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 0.20 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		10.50 g 0.00 g 0.02 g	36.30 g 0.00 g 0.08 g	18.00 g 0.00 g 0.01 g	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	8.50 g 0.00 g 0.01 g
Ebéd	Felnőtt	Paradicsomleves Betűtészta Csíkos tokány Párolt rizzsel	Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérrrel	Lencseleves Dejős tészta	Póréhagyma- krémleves Pirított kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel	Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal	Tárkonyos sertésraguleves Fánk Baracklevkvárral Porcukorral	Kertészleves Fokhagymás sertéssült Petrezselymes burgonyával Almapaprikával
		Energia: 1,232.84 Kcal / 5,153.27 KJ	Energia: 766.76 Kcal / 3,205.06 KJ	Energia: 826.37 Kcal / 3,454.23 KJ	Energia: 637.96 Kcal / 2,666.67 KJ	Energia: 1,016.48 Kcal / 4,248.89 KJ	Energia: 1,224.69 Kcal / 5,119.20 KJ	Energia: 589.08 Kcal / 2,462.35 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		31.76 g 52.09 g 13.81 g	40.35 g 50.39 g 13.05 g	35.08 g 21.39 g 3.07 g	34.72 g 24.03 g 6.85 g	42.41 g 47.58 g 16.28 g	33.15 g 65.18 g 12.14 g	30.80 g 23.84 g 5.82 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		157.71 g 59.94 g 5.09 g	107.51 g 29.98 g 3.14 g	122.36 g 20.98 g 1.74 g	57.08 g 0.05 g 7.72 g	110.16 g 30.70 g 3.69 g	126.00 g 32.40 g 3.53 g	62.83 g 4.35 g 5.96 g
		1,3,7,9	1,3,7	1,3,7,8,10,(5),(12)	1,7,(3),(6),(10),(12)	1,3,4,7,(6),(12)	1,3,7,9,(12)	9,15,(1),(7),(10),(12)
Uzsonna	Felnőtt	Vaníliakrémes rúd	Gesztenyés rúd	Zabrudai	Korpás kifli Kockasajttal	Keks	Kefir Korpás kiflivel	Vaníliás piskóta kocka
		Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 KJ	Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ	Energia: 402.68 Kcal / 1,683.20 KJ	Energia: 224.47 Kcal / 938.28 KJ	Energia: 318.17 Kcal / 1,329.95 KJ	Energia: 736.64 Kcal / 3,079.16 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23.42 g 52.92 g 20.14 g	2.80 g 9.30 g 1.84 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g	19.04 g 14.04 g 7.58 g	4.08 g 5.50 g 1.52 g	17.48 g 1.74 g 0.25 g	13.90 g 18.75 g 3.06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		39.32 g 0.00 g 2.76 g	51.10 g 35.10 g 0.10 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g	49.56 g 0.00 g 2.52 g	39.40 g 11.40 g 0.48 g	57.76 g 0.00 g 1.72 g	127.19 g 63.69 g 0.88 g
		1,7,(3),(6),(12)	6,(5),(8)		1,7	1,(3),(5),(7),(8)	1,7	1,3,7
Vacsora	Felnőtt	Almás-fahéjas tea Meleg szendvics	Cseresznyés tea Fokhagymás felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával	Meggyes tea Rakott burgonya Céklasalátával	Erdei gyümölcsös tea Budapest sertésragu Szarvacska tészta	Málnás tea Kelkáposzta főzelék Fasírttal	Almás-fahéjas tea Sült húskrém Félbarna kenyér Póréhagymakarikával	Barackos tea Tojáskrém Zsemle Paradicsommal
		Energia: 677.08 Kcal / 2,830.19 KJ	Energia: 606.68 Kcal / 2,535.92 KJ	Energia: 959.86 Kcal / 4,012.21 KJ	Energia: 837.40 Kcal / 3,500.33 KJ	Energia: 733.44 Kcal / 3,065.78 KJ	Energia: 642.25 Kcal / 2,684.61 KJ	Energia: 590.51 Kcal / 2,468.33 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		24.49 g 15.12 g 7.69 g	17.95 g 17.62 g 7.08 g	29.62 g 38.93 g 13.19 g	36.05 g 35.59 g 8.60 g	26.97 g 37.01 g 9.02 g	16.01 g 16.36 g 7.14 g	11.72 g 20.54 g 2.92 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		109.98 g 46.29 g 1.59 g	93.64 g 30.17 g 1.81 g	119.96 g 43.87 g 11.16 g	92.02 g 12.00 g 2.41 g	71.81 g 19.99 g 3.18 g	106.81 g 41.97 g 0.24 g	88.88 g 29.98 g 0.22 g
		1,7	1,(7)	1,3,7,15,(12)	1,3	1,3	1,7,10,(12)	1,3,10,(7),(12)

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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	
				Quadro Byte Zrt	

Irányítást kívánunk!
Eatrend Panópia Kft.
2730 Albertfűrső, Felső út 65.
Csoportos **Étkezés** 17783-48-13
..... Adószám: 24218533-4-13
Elővezető