

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
 Reggeli	Bagolyvár 15-18	Epres tejital Margarinos Félbarna kenyér Mézszel	Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvarázskrém Rozskenyér	Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Csipkebogyós tea Margarinos Korpás kenyér Tavaszi felvágottal Salátalevéllel	Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kigyóborkával	Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Bécsi felvágottal Kigyóborkával	Tej Margarinos Rozskenyér Csirkemellsonkával Paprikával
		Energia: 504.11 Kcal / 2,107.18 KJ	Energia: 492.86 Kcal / 2,060.15 KJ	Energia: 558.45 Kcal / 2,334.32 KJ	Energia: 469.57 Kcal / 1,962.80 KJ	Energia: 459.17 Kcal / 1,919.33 KJ	Energia: 554.44 Kcal / 2,317.56 KJ	Energia: 517.87 Kcal / 2,164.70 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
		14.98 g 6.10 g 2.86 g	14.33 g 15.57 g 15.61 g	12.37 g 17.51 g 7.82 g	12.37 g 10.84 g 4.00 g	15.34 g 4.04 g 2.36 g	14.07 g 17.14 g 6.72 g	27.96 g 11.17 g 13.25 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
96.96 g 34.20 g 0.22 g	73.11 g 12.00 g 1.92 g	87.05 g 29.98 g 0.18 g	80.80 g 24.98 g 2.26 g	89.71 g 34.93 g 1.55 g	85.60 g 34.93 g 3.21 g	76.16 g 0.00 g 2.70 g		
1,7	1,7	1,7,(10)	1,(7)	1,7	1,(7)	1,7		
Tízórai	Bagolyvár 15-18	Kifli Sonkás kockasajttal	Margarinos Zsemle Fokhagymás felvágottal	Margarinos Korpás kenyér Zala felvágottal	Kenőmájásos Zsemle	Vajas pogácsa	Helyben sült vaníliás párna	Magyaros vajkrém Korpás kenyér
		Energia: 339.06 Kcal / 1,417.27 KJ	Energia: 441.72 Kcal / 1,846.39 KJ	Energia: 374.24 Kcal / 1,564.32 KJ	Energia: 411.96 Kcal / 1,721.99 KJ	Energia: 365.00 Kcal / 1,525.70 KJ	Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 KJ	Energia: 410.04 Kcal / 1,713.97 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
		14.20 g 10.56 g 6.14 g	14.88 g 17.02 g 6.64 g	13.34 g 11.10 g 4.13 g	14.72 g 11.53 g 4.30 g	4.92 g 26.20 g 7.16 g	23.42 g 52.92 g 20.14 g	8.88 g 16.72 g 7.73 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
46.40 g 0.00 g 1.94 g	57.12 g 0.00 g 1.92 g	55.18 g 0.00 g 2.32 g	61.83 g 0.00 g 0.57 g	26.96 g 0.00 g 1.58 g	39.32 g 0.00 g 2.76 g	55.52 g 0.00 g 1.41 g		
1,7	1,(7)	1,(7)	1,(6),(7),(10)	1,7,(6),(12)	1,7,(3),(6),(12)	1,7		
Ebéd	Bagolyvár 15-18	Magyaros karalábéleves Burgonyafőzelék Sertéspörkölletel Félbarna kenyérral	Kerti zöldségleves Sajtos-sonkás rakott tészta	Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbriz Kakaó szóráttal Narancs	Sajtkrémleves Nachossal Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel	Csontleves Cémmetéllel Paradiscomos húsgombóc Tört burgonyával	Csirkebecsinált leves Sajtos pogácsa Narancs	Meggyes almaleves Fokhagymás sertéssült Törtburgonyával Párolt káposztával
		Energia: 918.40 Kcal / 3,838.91 KJ	Energia: 965.39 Kcal / 4,035.33 KJ	Energia: 888.10 Kcal / 3,712.26 KJ	Energia: 925.50 Kcal / 3,868.59 KJ	Energia: 746.37 Kcal / 3,119.83 KJ	Energia: 584.35 Kcal / 2,442.58 KJ	Energia: 864.34 Kcal / 3,612.94 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
		33.96 g 42.90 g 11.62 g	47.42 g 46.21 g 12.57 g	36.10 g 10.80 g 4.48 g	30.49 g 44.74 g 12.50 g	25.70 g 33.08 g 8.43 g	17.27 g 33.20 g 9.20 g	32.05 g 40.16 g 7.80 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
98.16 g 0.05 g 2.59 g	91.80 g 0.02 g 7.97 g	160.97 g 47.98 g 1.82 g	99.47 g 0.18 g 3.63 g	85.13 g 15.03 g 5.76 g	52.94 g 0.01 g 3.81 g	93.60 g 18.22 g 2.85 g		
1,7,9	1,3,7,9	1,7,9	1,7,9,(10)	1,3,9	1,3,7,9	1,7,(10)		
Uzsonna	Bagolyvár 15-18	Margarinos Korpás zsemle Paprikás szalámival Paprikával	Helyben sült meggyes táska	Margarinos Zsemle Párizsival	Helyben sült sajtkrém rúd	Csoki puding Kiflivel	Zöldfűszeres vajkrém Zsemle	Palacsinta Baracklevéllel
		Energia: 415.45 Kcal / 1,736.58 KJ	Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ	Energia: 393.09 Kcal / 1,643.12 KJ	Energia: 328.00 Kcal / 1,371.04 KJ	Energia: 229.83 Kcal / 960.69 KJ	Energia: 425.12 Kcal / 1,777.00 KJ	Energia: 86.72 Kcal / 362.49 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
		13.86 g 14.00 g 5.28 g	7.56 g 36.54 g 9.74 g	14.16 g 11.96 g 4.81 g	15.98 g 4.62 g 7.22 g	7.84 g 0.94 g 0.41 g	10.40 g 16.70 g 7.99 g	0.15 g 0.00 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		
58.41 g 0.00 g 1.94 g	79.96 g 36.32 g 1.34 g	57.08 g 0.00 g 1.15 g	66.56 g 0.00 g 3.38 g	47.24 g 1.30 g 0.83 g	57.80 g 0.00 g 0.13 g	21.39 g 18.69 g 0.00 g		
1,(7)	1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	1,7	1,(7)	1,7	(12)		
Vacsora	Bagolyvár 15-18	Gyümölcsös tea Vajkrém Korpás kenyér Soproni felvágottal Kigyóborkával	Gyümölcsös tea Sajtos-tejfölös lángos	Gyümölcsös tea Hamburger Sült burgonyával	Gyümölcsös tea Gyöngybab főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral	Gyümölcsös tea Margarinos Félbarna kenyérral Főtt tojáskarikával Póréhagymával	Gyümölcsös tea Margarinos Félbarna kenyér Toast sonkával Salátalevéllel	Gyümölcsös tea Margarinos Félbarna kenyér Olasz felvágottal Kigyóborkával
		Energia: 630.84 Kcal / 2,636.91 KJ	Energia: 664.40 Kcal / 2,777.19 KJ	Energia: 1,064.34 Kcal / 4,448.94 KJ	Energia: 698.94 Kcal / 2,921.57 KJ	Energia: 566.06 Kcal / 2,366.13 KJ	Energia: 479.59 Kcal / 2,004.69 KJ	Energia: 565.76 Kcal / 2,364.88 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
		14.94 g 29.12 g 12.65 g	21.28 g 24.34 g 11.62 g	27.88 g 39.01 g 9.30 g	40.15 g 39.16 g 12.11 g	23.13 g 14.89 g 4.64 g	20.86 g 5.81 g 2.37 g	17.82 g 17.60 g 7.08 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
76.41 g 24.94 g 3.10 g	89.64 g 20.39 g 2.73 g	147.89 g 33.59 g 5.82 g	116.12 g 20.99 g 1.61 g	84.50 g 19.99 g 0.40 g	85.69 g 19.99 g 1.04 g	83.65 g 24.94 g 1.81 g		
1,7	1,7	1,3,7,10,11,(6),(8),(1	1,7	1,3,(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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |
- Quadro Byte Zrt**

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszevezető