

Heti étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
eatrend	Reggeli	Csipkebogyós tea Mézes Félbarna kenyér Margarinnal		Tej Zsíros rozsenyér		Kakaó Vajás molnárika		Citromos tea Padlizsánkrémes Rozsenyér Kígyóborkával Sárgabarckos zabrudí		Meggyes tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikkával		Gyümölcsös tea Turista felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával		Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér								
		Energia: 545,54 Kcal / 2.280,36 KJ		Energia: 610,64 Kcal / 2.552,48 KJ		Energia: 548,79 Kcal / 2.293,94 KJ		Energia: 588,63 Kcal / 2.460,47 KJ		Energia: 460,45 Kcal / 1.924,68 KJ		Energia: 493,41 Kcal / 2.062,45 KJ		Energia: 645,91 Kcal / 2.699,90 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		12,14 g	5,25 g	2,16 g	20,84 g	25,85 g	18,47 g	19,96 g	13,76 g	6,17 g	13,83 g	18,26 g	17,11 g	13,41 g	9,55 g	3,04 g	15,47 g	10,41 g	3,97 g	22,86 g	17,35 g	2,67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
112,06 g	49,28 g	0,13 g	73,13 g	0,00 g	1,73 g	85,84 g	17,79 g	1,58 g	91,44 g	34,93 g	1,42 g	79,96 g	24,98 g	1,86 g	84,17 g	19,99 g	0,75 g	98,81 g	19,20 g	0,33 g		
1,(7)		1,7		1,3,7		1,7,(10)		1,3,(7)		1,(7)		1,5,6,7,8										
Tízórai	Bagolyvár 15-18	Sajtkrémes Korpás kenyér		Burgonyás pogácsa		Sertés párizsis Zsemle Margarinnal		Kifli Kockasajttal		Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér		Helyben sült sajtkrémes rúd		Pulykamell sonkás Rozsenyér Margarinnal Kígyóborkával								
		Energia: 409,44 Kcal / 1.711,46 KJ		Energia: 365,04 Kcal / 1.525,87 KJ		Energia: 393,09 Kcal / 1.643,12 KJ		Energia: 369,18 Kcal / 1.543,17 KJ		Energia: 462,28 Kcal / 1.932,33 KJ		Energia: 328,00 Kcal / 1.371,04 KJ		Energia: 393,01 Kcal / 1.642,78 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		10,08 g	16,12 g	9,16 g	4,92 g	26,20 g	7,16 g	14,16 g	11,98 g	4,81 g	15,88 g	13,06 g	7,64 g	12,76 g	17,20 g	8,09 g	15,98 g	4,62 g	7,22 g	19,37 g	7,33 g	11,55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55,52 g	0,00 g	1,87 g	26,96 g	0,00 g	1,58 g	57,08 g	0,00 g	1,15 g	46,60 g	0,00 g	2,22 g	63,56 g	0,00 g	0,01 g	66,56 g	0,00 g	3,38 g	62,33 g	4,95 g	2,38 g		
1,7		1,(3),(7)		1,(7)		1,7		1,7		1,7		1,7		1,(6),(7)								
Ebéd	Bagolyvár 15-18	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal		Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral		Kartolkrémleves Pírtott kenyérkockával Rántott hal Zöldszéles rizzsel Kívi		Sajtgaluska Vadas sertésragu Szarvacska tésztával		Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral		Kertészleves Rakott zöldbab Alma		Vegyes gyümölcsleves Rántott hal selet Kukoricás rizzsel Vitaminálattal								
		Energia: 1.009,24 Kcal / 4.218,62 KJ		Energia: 816,22 Kcal / 3.411,80 KJ		Energia: 1.220,57 Kcal / 5.101,98 KJ		Energia: 957,82 Kcal / 4.003,69 KJ		Energia: 499,72 Kcal / 2.088,83 KJ		Energia: 755,35 Kcal / 3.157,36 KJ		Energia: 1.322,60 Kcal / 5.528,47 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		40,03 g	55,09 g	17,20 g	24,86 g	33,00 g	4,27 g	40,55 g	57,38 g	10,45 g	40,35 g	44,09 g	12,35 g	18,22 g	14,05 g	2,97 g	30,33 g	35,96 g	10,76 g	37,19 g	54,96 g	8,12 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88,66 g	5,37 g	3,71 g	105,00 g	20,10 g	6,37 g	120,64 g	0,04 g	4,02 g	99,53 g	1,07 g	4,26 g	74,42 g	28,68 g	1,13 g	75,84 g	0,02 g	4,34 g	170,53 g	33,96 g	4,70 g		
1,3,7,9,(6),(12)		1,3,7,9		1,3,4,7,9		1,3,7,9,10,(12)		1,7,10,(12)		1,7,9		1,3,4,7										
Uzsonna	Bagolyvár 15-18	Kenőmájásos Korpás kifli Kígyóborkával		Olasz felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal		Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Sajt szelettel Salátalevéllal		Helyben sült rácsos túrós táska		Natúr joghurt Kiflivel		Gyümölcsös joghurt Kekszt		Helyben sült sajtos pogácsa								
		Energia: 396,11 Kcal / 1.655,74 KJ		Energia: 478,88 Kcal / 2.001,72 KJ		Energia: 460,72 Kcal / 1.925,81 KJ		Energia: 616,00 Kcal / 2.574,88 KJ		Energia: 384,67 Kcal / 1.607,92 KJ		Energia: 390,58 Kcal / 1.632,62 KJ		Energia: 365,04 Kcal / 1.525,87 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		16,45 g	12,42 g	4,52 g	17,24 g	17,52 g	6,74 g	21,68 g	16,12 g	8,66 g	17,94 g	36,92 g	11,40 g	13,11 g	6,35 g	3,33 g	9,67 g	11,29 g	4,65 g	4,92 g	26,20 g	7,16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54,16 g	4,95 g	1,58 g	62,88 g	0,00 g	1,80 g	57,07 g	0,00 g	1,09 g	52,74 g	0,00 g	2,92 g	68,05 g	12,99 g	1,31 g	61,85 g	24,39 g	0,97 g	26,96 g	0,00 g	1,58 g		
1,(6),(7),(10)		1,(7)		1,7		1,3,6,7,(8),(11),(12)		1,7		1,7,(3),(5),(8)		1,3,7										
Vacsora	Bagolyvár 15-18	Gyümölcsös tea Zala felvágottas Zsemle Vajkrémmel		Gyümölcsös tea Sertéspaprikás Bulgurral		Gyümölcsös tea Gyros tál		Gyümölcsös tea Melegszendvics Alma		Gyümölcsös tea Sertés párizsis Zsemle Margarinnal		Gyümölcsös tea Fokhagymás felvágottas Korpás kenyér Margarinnal		Gyümölcsös tea Kenőmájásos Félbarna kenyér Paprikával								
		Energia: 588,23 Kcal / 2.458,80 KJ		Energia: 979,69 Kcal / 4.095,10 KJ		Energia: 404,89 Kcal / 1.692,44 KJ		Energia: 653,78 Kcal / 2.732,80 KJ		Energia: 474,68 Kcal / 1.984,16 KJ		Energia: 508,23 Kcal / 2.124,40 KJ		Energia: 539,53 Kcal / 2.255,24 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		15,99 g	23,11 g	10,32 g	31,93 g	49,99 g	12,55 g	11,45 g	5,56 g	3,02 g	29,76 g	14,03 g	6,87 g	14,29 g	12,01 g	4,81 g	13,49 g	17,07 g	6,38 g	17,75 g	12,20 g	4,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78,26 g	19,99 g	0,93 g	105,17 g	19,99 g	2,11 g	76,74 g	35,72 g	3,55 g	100,71 g	22,61 g	2,16 g	77,08 g	19,99 g	1,15 g	74,84 g	19,99 g	3,20 g	88,94 g	19,99 g	0,45 g		
1,7		1,7		7,9,(1),(10)		1,7		1,(7)		1,(7)		1,(7)		1,(6),(7),(10)								

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 | Élelmezésvetető |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvetető