

Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.16.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>Reggeli</b>	Kakaó Molnárika Margarinnal			Csipkebogyós tea Eatrend Tepertőkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Csicseriborsókrémes Rozskenyér			Tej Baracklekváros Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Meggyes tea Tejberizs Kakaó szórattal			Gyümölcsös tea Sült debreceni Mustárral Félbarna kenyérral		
	Energia: 619.79 Kcal / 2,590.72 KJ			Energia: 565.46 Kcal / 2,363.62 KJ			Energia: 614.92 Kcal / 2,570.37 KJ			Energia: 550.93 Kcal / 2,302.89 KJ			Energia: 582.82 Kcal / 2,436.19 KJ			Energia: 684.11 Kcal / 2,859.58 KJ			Energia: 852.06 Kcal / 3,561.61 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	21.66 g	18.81 g	8.55 g	14.68 g	18.92 g	0.09 g	14.40 g	14.44 g	13.68 g	21.46 g	9.96 g	4.33 g	13.39 g	19.11 g	7.27 g	15.78 g	4.70 g	2.48 g	43.23 g	36.96 g	13.02 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
90.62 g	19.79 g	1.76 g	83.32 g	19.99 g	1.16 g	105.92 g	19.99 g	1.61 g	93.55 g	18.69 g	1.68 g	88.46 g	19.99 g	1.20 g	144.47 g	72.44 g	0.90 g	85.62 g	0.00 g	6.52 g	
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,3,4,7,10			7			1,7,10,(6),(12)			
<b>Tízórai</b>	Natúr joghurt			Banán			Alma			Kompót			Körte			Gyümölcs			Kefir		
	Energia: 129.42 Kcal / 540.98 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 15.95 Kcal / 66.67 KJ			Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	6.80 g	7.20 g	3.91 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.49 g	0.48 g	0.01 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	6.80 g	0.20 g	0.11 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
9.20 g	0.00 g	0.60 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	10.64 g	2.00 g	0.01 g	18.00 g	0.00 g	0.01 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	
7																		7			
<b>Ebéd</b>	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával Félbarna kenyérral			Csontleves Cérnametéllel Toscan csirkeragu Penne tésztával Reszelt sajttal			Palóc gulyásleves Aranygaluska Vanília sodóval			Zöldborsóleves Paradicsomos húsoskáposzta Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pirított kenyérkockával Pásztortarhonya Káposztasalátával			Legényfogó leves Fasírt Majonézes burgonyasalátával			Vegyes gyümölcsleves Zsvairt Petrezselymes burgonyával Csemege uborkával		
	Energia: 983.16 Kcal / 4,109.61 KJ			Energia: 631.55 Kcal / 2,639.88 KJ			Energia: 1,257.35 Kcal / 5,255.72 KJ			Energia: 859.99 Kcal / 3,594.76 KJ			Energia: 989.36 Kcal / 4,135.52 KJ			Energia: 1,039.71 Kcal / 4,345.99 KJ			Energia: 708.79 Kcal / 2,962.74 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	33.77 g	42.82 g	14.18 g	27.49 g	22.25 g	7.89 g	41.72 g	47.29 g	13.05 g	35.17 g	44.57 g	11.04 g	38.46 g	39.49 g	11.86 g	38.90 g	65.73 g	15.60 g	35.65 g	18.88 g	6.32 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
113.58 g	14.03 g	7.68 g	79.74 g	5.08 g	5.40 g	164.81 g	46.96 g	3.19 g	118.18 g	1.07 g	3.94 g	118.18 g	15.03 g	5.65 g	71.53 g	1.01 g	4.77 g	102.45 g	25.97 g	6.76 g	
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,7,9			1,3,7,8,(5)			1,9			1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,15,(12)			
<b>Uzsonna</b>	Puszedli			Csokoládékrémes rúd			Nápolyi			Keks			Kajszibarackos háromszög			Pizzás csiga			Sütemény		
	Energia: 3,573.37 Kcal / 14,936.69 KJ			Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 KJ			Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ			Energia: 224.47 Kcal / 938.28 KJ			Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ			Energia: 297.56 Kcal / 1,243.80 KJ			Energia: 2,828.62 Kcal / 11,823.63 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	72.36 g	45.39 g	14.29 g	23.42 g	52.92 g	20.14 g	3.28 g	14.17 g	0.00 g	4.08 g	5.50 g	0.61 g	7.56 g	36.54 g	0.00 g	4.66 g	20.58 g	5.44 g	79.65 g	116.82 g	12.39 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
714.61 g	371.26 g	0.50 g	39.32 g	0.00 g	2.76 g	27.06 g	0.00 g	0.00 g	39.40 g	4.56 g	0.19 g	79.96 g	0.00 g	0.00 g	23.08 g	0.00 g	1.82 g	483.21 g	27.19 g	1.77 g	
1,3,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(3),(5),(7),(8)			1,(3),(5),(7),(8)			1,7,(3),(6),(12)			1,7,(3),(9)			1,3,7,(6),(8),(11),(12)			
<b>Vacsora</b>	Gyümölcsle Sajtós-tejfölös lángos			Epres tea Szendvics sonkás Rozskenyér Margarinnal Zöldséggel			Erdei gyümölcsös tea Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal Paradicsommal			Meggyes tea Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéellel			Gyümölcsle Roston sült csirkemell Csóban sült brokkolival Kuszkuossal			Citromos tea Natúr vajkrémes Zsemle Paradicsommal			Epres-csipkebogyós tea Körözöttes Félbarna kenyér Paprikával		
	Energia: 610.01 Kcal / 2,549.84 KJ			Energia: 485.93 Kcal / 2,031.19 KJ			Energia: 464.99 Kcal / 1,943.66 KJ			Energia: 579.58 Kcal / 2,422.64 KJ			Energia: 1,005.19 Kcal / 4,201.69 KJ			Energia: 556.39 Kcal / 2,325.71 KJ			Energia: 479.78 Kcal / 2,005.48 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	21.39 g	24.31 g	15.01 g	21.67 g	6.89 g	11.05 g	13.85 g	13.97 g	2.08 g	20.70 g	15.99 g	7.14 g	54.24 g	34.04 g	7.31 g	11.06 g	16.83 g	8.01 g	17.79 g	4.63 g	1.76 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
75.64 g	6.16 g	3.04 g	84.03 g	19.99 g	2.44 g	70.67 g	12.00 g	1.15 g	87.77 g	19.99 g	1.74 g	119.05 g	5.99 g	5.70 g	89.39 g	19.99 g	1.04 g	91.06 g	19.99 g	2.92 g	
1,7			1,(7)			1,(7)			1,7			1,7,(10)			1,7			1,7			

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Allergén lista (kód-allergén)

- 1-glutén
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója

- 10-mustár
- 11-szezám
- 12-kéndioxid-szulfid

- 13-csillagfűrt
- 14-puhatestűk
- 15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!  
Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirózsa, Pesti út 65.  
Csoportos adószám: 17783408-5-11  
Adószám: 26215833-4-13

Élelmézsévezető