

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Reggeli	Tej Snidlinges túrókrémes Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Sárgarépas sajtvarázskrémés rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrémés Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Margarinos Korpás kenyér Salátalevéllal			Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Uborkával			Citromos tea Tojásos lecsó Félbarna kenyérral			Tea Sült debreceni Mustárral Félbarna kenyérral		
	Energia: 497.38 Kcal / 2,079.05 KJ			Energia: 492.86 Kcal / 2,060.15 KJ			Energia: 602.57 Kcal / 2,518.74 KJ			Energia: 469.57 Kcal / 1,962.80 KJ			Energia: 460.71 Kcal / 1,925.77 KJ			Energia: 918.20 Kcal / 3,838.08 KJ			Energia: 1,072.08 Kcal / 4,481.29 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
	26.17 g	7.89 g	3.64 g	14.33 g	15.57 g	9.04 g	12.93 g	20.84 g	3.12 g	12.37 g	10.64 g	4.00 g	15.60 g	4.09 g	2.02 g	34.04 g	19.76 g	3.42 g	44.27 g	33.95 g	10.67 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
79.86 g	0.00 g	3.31 g	73.11 g	12.00 g	1.40 g	89.97 g	19.99 g	1.41 g	80.80 g	19.99 g	2.26 g	89.72 g	19.99 g	1.55 g	149.82 g	19.99 g	5.61 g	145.98 g	19.99 g	7.28 g	
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7			1,3			1,10,(6),(12)			
Tízórai	Alma			Narancs			Alma			Banán			Alma			Kefir poharas			Kivi		
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ			Energia: 60.90 Kcal / 254.56 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
	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.20 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	6.80 g	0.20 g	0.11 g	1.00 g	0.60 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	8.50 g	0.00 g	0.01 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	11.30 g	0.00 g	0.00 g	
7																					
Ebéd	Kerti zöldségleves Székelykáposzta Félbarna kenyérral			Reszelt tészta leves Sertéspörkölt Burgonyafőzelékkel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Burgonyás tészta Vegyes vágottal			Francia hagymakrémleves Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Paradicsomos hús-gombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Zöldborsópörkölt Szarvacska tésztával			Csirkebecsínált leves Sült oldalas Hagymás tört burgonya Csemege uborkával		
	Energia: 639.14 Kcal / 2,671.61 KJ			Energia: 1,042.20 Kcal / 4,356.40 KJ			Energia: 873.44 Kcal / 3,650.98 KJ			Energia: 937.93 Kcal / 3,920.55 KJ			Energia: 899.73 Kcal / 3,760.87 KJ			Energia: 810.59 Kcal / 3,388.27 KJ			Energia: 1,521.17 Kcal / 6,358.49 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
	29.76 g	32.86 g	11.02 g	36.41 g	47.78 g	13.12 g	38.89 g	23.23 g	4.43 g	27.96 g	46.03 g	3.88 g	33.51 g	38.34 g	10.31 g	37.87 g	20.94 g	5.61 g	50.02 g	98.87 g	33.05 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
55.61 g	0.06 g	2.74 g	114.63 g	0.00 g	2.47 g	125.96 g	0.02 g	5.62 g	102.30 g	0.00 g	1.09 g	103.87 g	15.03 g	4.81 g	116.73 g	0.00 g	2.28 g	105.44 g	34.33 g	11.27 g	
1,7,9,(12)			1,3,7			1,3,7,9,15,(10),(12)			1,7,9,(10)			1,3,9			1,3			1,7,9,15,(10),(12)			
Uzsonna	Puszedli			Meggyes táska			Tejbegríz Kakaó szóráttal			Sajtkrémés rúd Actimel			Csoki puding Kíflivel			Nápolyi			Gesztenyés rúd		
	Energia: 3,573.37 Kcal / 14,936.69 KJ			Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ			Energia: 613.70 Kcal / 2,565.27 KJ			Energia: 494.11 Kcal / 2,065.38 KJ			Energia: 218.56 Kcal / 913.58 KJ			Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 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	7.56 g	36.54 g	9.74 g	16.74 g	5.89 g	3.00 g	21.57 g	10.41 g	7.22 g	7.52 g	0.56 g	0.20 g	3.28 g	14.17 g	0.00 g	2.80 g	9.30 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	
714.61 g	369.04 g	0.50 g	79.96 g	36.32 g	1.34 g	123.46 g	76.43 g	0.89 g	89.01 g	0.00 g	3.38 g	45.60 g	0.00 g	0.82 g	27.06 g	0.00 g	0.00 g	51.10 g	0.00 g	0.00 g	
1,3,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,7			1,(7)			1,(3),(5),(7),(8)			6,(5),(8)			
Vacsora	Ivólé Carbonara spagetti Reszelt sajt szóráttal			Tej Sárgabaracklekváros Margarinos Kífli			Tea Házi pulykahús krémés Félbarna kenyér Paradicsommal			Tea Füstölt tarja Margarinos Zsemlével Zöldhagymával			Tea Rántott karfiol Majonézes kukoricasalátával			Tea Lönccselvágott Zsemlével Kaliforniai paprikával			Tea Sonkakerém Félbarna kenyér Paradicsommal		
	Energia: 742.73 Kcal / 3,104.61 KJ			Energia: 421.47 Kcal / 1,761.74 KJ			Energia: 485.84 Kcal / 2,030.81 KJ			Energia: 816.27 Kcal / 3,412.01 KJ			Energia: 1,464.21 Kcal / 6,120.40 KJ			Energia: 561.47 Kcal / 2,346.94 KJ			Energia: 566.77 Kcal / 2,369.10 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
	43.74 g	30.10 g	11.43 g	7.80 g	4.59 g	2.00 g	19.22 g	2.45 g	0.39 g	27.58 g	38.78 g	2.07 g	38.68 g	84.19 g	20.50 g	15.58 g	9.67 g	0.26 g	15.83 g	13.38 g	5.72 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
73.55 g	5.76 g	5.85 g	86.99 g	38.68 g	0.94 g	96.03 g	19.99 g	3.26 g	88.94 g	19.99 g	1.15 g	136.04 g	29.98 g	4.68 g	102.20 g	19.99 g	1.02 g	94.96 g	19.99 g	2.55 g	
1,3,7,(6),(10),(11),(12)			1,(7),(12)			1			1,(7)			1,3,7,10,(12)			1			1,7			

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

Allergén lista (kód-allergén)

- 1-glutén 4-hal 7-tejtermék,laktóz 10-mustár 13-csillagfűrt 16-édesgyökér
- 2-rák 5-földimogyó 8-diófélék 11-szezám 14-puhatestűek
- 3-tojás 6-szója 9-zeller 12-kéndioxid-szulfit 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Danubia Kft.

2730 Albertfalva, Pesti út 65.

Telefonos adószám: 17783403-5-1

Adószám: 26215833-4-13

Élelmészvezető