


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
  <b>Reggeli</b>	Vaníliás tejtital Kifli Margarinnal			Citromos tea Eatrend Tepertőkrémes Korpás kenyér Lilahagymával			Tejeskávé Kalács Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal			Meggyes tea Magvas sajtkrémes Korpás zsemle Kaliforniai Paprikával			Gyümölcsös tea Melegszendvics			Gyümölcsös tea Sonkás omlett Félbarna kenyérral		
	Energia: 318.16 Kcal / 1,329.91 KJ			Energia: 568.10 Kcal / 2,374.66 KJ			Energia: 824.92 Kcal / 3,448.17 KJ			Energia: 480.28 Kcal / 2,007.57 KJ			Energia: 561.70 Kcal / 2,347.91 KJ			Energia: 707.65 Kcal / 2,957.98 KJ			Energia: 934.29 Kcal / 3,905.33 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
	10.62 g	5.25 g	2.00 g	11.49 g	18.16 g	0.00 g	24.37 g	21.12 g	9.44 g	12.72 g	15.60 g	0.11 g	12.55 g	16.35 g	0.26 g	25.72 g	22.18 g	10.50 g	40.94 g	22.40 g	3.60 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
56.60 g	0.00 g	0.94 g	88.83 g	19.99 g	1.41 g	133.77 g	28.37 g	1.77 g	71.52 g	12.00 g	1.17 g	90.28 g	19.99 g	1.02 g	100.31 g	19.99 g	2.54 g	141.02 g	19.99 g	6.03 g	
1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7			1,7			1,7			1,7			1,3			
<b>Tízórai</b>	Alma			Kefir			Gyümölcsjoghurt			Banán			Mandarin			Kivi			Alma		
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ			Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ			Energia: 60.90 Kcal / 254.56 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 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	6.80 g	0.20 g	0.11 g	5.59 g	5.79 g	3.13 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.70 g	0.30 g	0.00 g	1.00 g	0.60 g	0.00 g	0.60 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	9.20 g	0.00 g	0.60 g	22.45 g	12.99 g	0.49 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	9.80 g	0.00 g	0.00 g	11.30 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	
			7			7,(1)															
<b>Ebéd</b>	Májgaluskaleves Dejós tészta			Citromos almaleves Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Sütőtökrémleves Pírtott kenyérkockával Pusztapörkölt Félbarna kenyérral Vitaminalátával			Tárkonyos csirkeraguleves Tejberizs Gyümölcsöntettel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Palacsinta Baracklekvárral Kakaó szóráttal			Erőleves Cémmamelttel Lecsős sertésstarja Penne tésztával		
	Energia: 617.53 Kcal / 2,581.28 KJ			Energia: 1,459.93 Kcal / 6,102.51 KJ			Energia: 997.24 Kcal / 4,168.46 KJ			Energia: 1,068.37 Kcal / 4,465.79 KJ			Energia: 665.16 Kcal / 2,780.37 KJ			Energia: 602.31 Kcal / 2,517.66 KJ			Energia: 1,196.41 Kcal / 5,000.99 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
	23.80 g	13.88 g	1.58 g	37.24 g	85.51 g	14.10 g	36.53 g	48.01 g	12.61 g	36.11 g	41.35 g	11.43 g	28.13 g	8.82 g	3.40 g	21.59 g	12.31 g	2.74 g	36.59 g	81.81 g	2.31 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
100.15 g	21.03 g	1.50 g	139.14 g	37.97 g	6.45 g	103.17 g	0.02 g	7.87 g	135.74 g	17.98 g	3.81 g	120.25 g	37.49 g	3.29 g	101.37 g	53.66 g	1.21 g	76.96 g	0.00 g	6.55 g	
1,3,8,9,(5)			1,3,7			1,3,7,9			1,7,9			1,7,9,(12)			1,(12)			1,3,9			
<b>Uzsonna</b>	Nápolyi			Kifli Kockasajttal			Dörmi			Kakaós csiga			Körözött Zsemle			Tepertős pogácsa			Sütemény		
	Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ			Energia: 369.18 Kcal / 1,543.17 KJ			Energia: 117.00 Kcal / 489.06 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 331.37 Kcal / 1,385.13 KJ			Energia: 301.16 Kcal / 1,258.85 KJ			Energia: 633.50 Kcal / 2,648.03 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
	3.28 g	14.17 g	0.00 g	15.88 g	13.06 g	7.64 g	1.80 g	4.60 g	0.70 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g	14.63 g	3.94 g	2.02 g	4.06 g	21.61 g	5.91 g	10.40 g	27.00 g	12.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
27.06 g	0.00 g	0.00 g	46.60 g	0.00 g	2.22 g	17.00 g	8.80 g	0.25 g	19.20 g	8.72 g	0.32 g	58.95 g	0.00 g	1.54 g	22.25 g	0.00 g	1.30 g	85.80 g	29.60 g	1.00 g	
1,(3),(5),(7),(8)			1,7			(8)			1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,(3),(7)			1			
<b>Vacsora</b>	Gyümölcsös tea Kenyerlángos			Epres tea Kolbászkrémes Zsemle Paradicsommal			Cseresznyés tea Tavaszi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Gyümölcsös tea Csirkemellsonkás Korpás kifli Margarinnal Kaliforniai Paprikával			Gyümölcslé Csirke nuggets Egres mártással			Gyümölcsös tea Lönchshúsos Zsemle Zöldhagymával			Gyümölcsös tea Disznósajt Teljes kiőrlésű kenyér Retekkel		
	Energia: 648.41 Kcal / 2,710.35 KJ			Energia: 508.54 Kcal / 2,125.70 KJ			Energia: 544.70 Kcal / 2,276.85 KJ			Energia: 424.80 Kcal / 1,775.66 KJ			Energia: 588.71 Kcal / 2,460.81 KJ			Energia: 467.84 Kcal / 1,955.57 KJ			Energia: 684.54 Kcal / 2,861.38 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
	14.31 g	23.03 g	7.79 g	11.97 g	15.64 g	7.23 g	16.97 g	12.11 g	13.04 g	18.01 g	6.81 g	2.31 g	29.81 g	19.26 g	0.21 g	15.51 g	9.58 g	0.27 g	26.06 g	29.82 g	8.22 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
95.21 g	20.69 g	2.12 g	79.26 g	19.99 g	1.26 g	91.59 g	19.99 g	2.27 g	72.65 g	19.99 g	2.09 g	70.45 g	5.76 g	3.50 g	79.64 g	19.99 g	1.03 g	77.05 g	19.99 g	4.66 g	
1,7,(6)			1,7			1,(7)			1,(7)			1,7,(3)			1			1			

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-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

**eatrend Danubia Kft.**

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

Élelmézszer