


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
 <p>Reggeli</p>	Tea barackos Sárgarépás sajtvarázskrémés Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli Margarinnal			Barackos tea Magyaros vajkrémés Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagymakarikával			Citromos tea Főtt tojáskarikák Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Kigýóuborkával			Tej Túró rudi krémés Kifli			Meggyes tea, Kolbásos tojásrántotta Félbarna kenyérral			Barackos tea Hagymás máj Félbarna kenyérral		
	Energia: 499.96 Kcal / 2,089.83 KJ			Energia: 459.56 Kcal / 1,920.96 KJ			Energia: 567.36 Kcal / 2,371.56 KJ			Energia: 512.49 Kcal / 2,142.21 KJ			Energia: 430.94 Kcal / 1,801.33 KJ			Energia: 739.06 Kcal / 3,089.27 KJ			Energia: 629.77 Kcal / 2,632.44 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
	13.32 g	14.87 g	0.09 g	18.00 g	9.09 g	4.63 g	13.07 g	17.62 g	7.82 g	17.22 g	10.36 g	2.51 g	22.80 g	8.01 g	4.26 g	29.39 g	27.08 g	0.00 g	32.63 g	11.56 g	2.19 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.48 g	19.99 g	1.16 g	76.50 g	14.99 g	1.34 g	88.32 g	19.99 g	1.17 g	87.26 g	19.99 g	1.36 g	66.39 g	3.49 g	1.24 g	93.42 g	19.99 g	2.40 g	97.92 g	19.99 g	3.56 g	
1,7	1,7			1,7			1,7			1,3,(7)			1,7,(5),(8)			1,3			1		
<p>Tízórai</p>	Alma			Banán			Körte			Narancs			Banán			Kivi			Kefir		
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ			Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 60.90 Kcal / 254.56 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
	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	0.60 g	0.20 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	1.00 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
10.50 g	0.00 g	0.02 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	18.00 g	0.00 g	0.01 g	8.50 g	0.00 g	0.01 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	11.30 g	0.00 g	0.00 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	
7																					
<p>Ebéd</p>	Paradicsomleves Betűtészta Rakott karfiol rizszel			Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Lencseleves Dejós tészta			Póréhagyma-krémleves Pírtott kenyérkockával Mediterrán csirke Párolt rizszel			Citromos almaleves Tejfölös zöldbabfőzelék Sertéspörkölttel			Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös nudli			Erőleves Cérnametéllel Sült hurka Sült kolbász Hagymás tört burgonyával Almapaprikával		
	Energia: 1,218.30 Kcal / 5,092.49 KJ			Energia: 766.76 Kcal / 3,205.06 KJ			Energia: 975.14 Kcal / 4,076.09 KJ			Energia: 946.10 Kcal / 3,954.70 KJ			Energia: 898.67 Kcal / 3,756.44 KJ			Energia: 1,007.74 Kcal / 4,212.35 KJ			Energia: 1,861.17 Kcal / 7,779.69 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
	38.09 g	42.56 g	13.83 g	40.35 g	50.39 g	13.05 g	39.36 g	20.71 g	3.02 g	49.75 g	27.59 g	2.68 g	34.18 g	40.96 g	12.87 g	41.13 g	24.82 g	12.98 g	84.29 g	114.83 g	36.06 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
169.17 g	59.94 g	4.52 g	107.51 g	29.98 g	3.14 g	156.63 g	20.98 g	1.67 g	123.72 g	0.00 g	4.01 g	103.73 g	22.98 g	3.21 g	153.19 g	0.05 g	3.78 g	119.94 g	1.00 g	21.94 g	
1,3,7,9	1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,7			1,3,7,9			1,3,9,15,(10),(12)					
<p>Uzsonna</p>	Vaníliás táská			Puszedli			Sajtkrémés rúd			Nápolyi			Zsemle Kockasajttal			Kakaós croissant			Csokis-banános zabkása Meggyraguval		
	Energia: 323.78 Kcal / 1,353.40 KJ			Energia: 3,573.37 Kcal / 14,936.69 KJ			Energia: 328.00 Kcal / 1,371.04 KJ			Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ			Energia: 287.22 Kcal / 1,200.58 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 241.09 Kcal / 1,007.76 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
	3.79 g	18.39 g	4.93 g	72.36 g	45.39 g	14.29 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	3.28 g	14.17 g	0.00 g	13.06 g	12.85 g	7.57 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	16.08 g	7.39 g	0.41 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35.40 g	12.83 g	0.68 g	714.61 g	371.26 g	0.50 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	27.06 g	0.00 g	0.00 g	29.50 g	0.00 g	1.91 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	73.80 g	9.99 g	0.12 g	
1,6,7,(3),(8),(10),(11),(12)	1,3,(7)			1,7			1,(3),(5),(7),(8)			1,7			1,7			1,7					
<p>Vacsora</p>	Almás-fahéjas tea Csirke nuggets Egres mártással			Cseresznyés tea Mátrai diákcsemegés Korpás zsemle Kaliforniai Paprikával			Meggyes tea Kenőmájasos Kifli Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Csirkemell sonkás Zsemle Margarinnal Hónapos retekkel			Gyümölcsle Rántott sajt Franciasalátával			Almás-fahéjas tea Lönchúsos Zsemle Margarinnal Kaliforniai Paprikával			Barackos tea Natúr vajkrémés Félbarna kenyér Paradicsommal		
	Energia: 732.46 Kcal / 3,061.68 KJ			Energia: 456.10 Kcal / 1,906.50 KJ			Energia: 488.08 Kcal / 2,040.17 KJ			Energia: 405.54 Kcal / 1,695.16 KJ			Energia: 767.75 Kcal / 3,209.20 KJ			Energia: 596.07 Kcal / 2,491.57 KJ			Energia: 595.09 Kcal / 2,487.48 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
	29.83 g	19.31 g	0.21 g	16.42 g	3.33 g	0.84 g	13.37 g	11.50 g	4.26 g	16.65 g	5.88 g	2.43 g	32.47 g	53.07 g	7.03 g	15.58 g	13.67 g	2.06 g	13.68 g	17.38 g	7.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
106.44 g	19.99 g	3.50 g	89.46 g	19.99 g	1.68 g	82.03 g	19.99 g	1.28 g	71.28 g	12.00 g	1.99 g	36.25 g	10.76 g	5.43 g	102.20 g	19.99 g	1.14 g	95.16 g	19.99 g	2.42 g	
1,7,(3)	1			1,(6),(7),(10)			1,(7)			3,7,10,15,(1),(12)			1,(7)			1,7					

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

Allergén lista (kód-allergén)

- 1-glutén
- 4-hal
- 7-tejtermék,laktó: 10-mustár
- 13-csillagfürt
- 16-édesgyökér
- 2-rák
- 5-földimogyoró
- 8-diófélék
- 11-szezám
- 14-puhatestűek
- 3-tojás
- 6-szója
- 9-zeller
- 12-kéndioxid-szul
- 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Danubia Kft.
 2730 Alberti út, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-11
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmézszevető