

Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.012.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>Reggeli</b>	Tea Fokhagymás felvágottas Margarinos Rozskenyér			Vaníliás tej Margarinos Kíflivel			Barackos tea Sertés párizsis Margarinos Korpás kenyér			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával			Tej Margarinos Bríos			Tea Sült kolbász Félbarna kenyérral Mustárral			Tea Szalonnás tojásrántotta Félbarna kenyérral		
	Energia: 559.02 Kcal / 2,336.70 KJ			Energia: 482.52 Kcal / 2,016.93 KJ			Energia: 502.06 Kcal / 2,098.61 KJ			Energia: 539.53 Kcal / 2,255.24 KJ			Energia: 454.21 Kcal / 1,898.60 KJ			Energia: 1,300.37 Kcal / 5,435.55 KJ			Energia: 1,239.47 Kcal / 5,180.98 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	17.73 g	18.51 g	15.42 g	17.73 g	9.07 g	4.44 g	13.16 g	12.10 g	4.55 g	9.92 g	24.80 g	7.18 g	17.42 g	14.94 g	6.88 g	51.95 g	55.94 g	24.26 g	45.69 g	38.79 g	11.39 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
80.00 g 19.99 g 3.20 g			82.32 g 19.98 g 1.34 g			84.80 g 19.99 g 2.43 g			68.34 g 12.00 g 1.43 g			62.38 g 11.08 g 1.16 g			145.98 g 19.99 g 8.61 g			175.44 g 19.98 g 6.71 g			
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7			1,10,(12)			1,3,7,(6)			
<b>Tízórai</b>	Alma			Banán			Gyümölcsjoghurt			Kompót			Alma			Kefír			Gyümölcs		
	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ			Energia: 15.95 Kcal / 66.67 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	5.59 g	5.79 g	3.13 g	0.49 g	0.48 g	0.01 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	6.80 g	0.20 g	0.11 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			36.30 g 0.00 g 0.00 g			22.45 g 12.99 g 0.49 g			10.64 g 2.00 g 0.01 g			10.50 g 0.00 g 0.02 g			9.20 g 0.00 g 0.60 g			10.50 g 0.00 g 0.02 g			
1,7,9,15,(12)			1,3,7,9,(10)			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,9,15,(12)			1,3,9			1,7,9,(3)			
<b>Uzsonna</b>	Vajas pogácsa			Puszedli			Sajtkrémes rúd			Poharas puding Tejes kiflivel			Müzliszelet			Kakaós croissant			Sütemény		
	Energia: 365.00 Kcal / 1,525.70 KJ			Energia: 3,573.37 Kcal / 14,936.69 KJ			Energia: 328.00 Kcal / 1,371.04 KJ			Energia: 218.56 Kcal / 913.58 KJ			Energia: 88.17 Kcal / 368.55 KJ			Energia: 187.63 Kcal / 784.29 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	4.92 g	26.20 g	0.00 g	72.36 g	45.39 g	14.29 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	7.52 g	0.56 g	0.20 g	2.25 g	1.75 g	1.10 g	2.89 g	11.87 g	3.76 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
26.96 g 0.00 g 0.00 g			714.61 g 369.04 g 0.50 g			66.56 g 0.00 g 3.38 g			45.60 g 0.00 g 0.82 g			15.75 g 3.00 g 0.03 g			17.10 g 5.93 g 0.31 g			g g g			
1,7,(6),(12)			1,3,(7)			1,7			1,(7)			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			1,3,7			1,3,7,(6)			
<b>Vacsora</b>	Tea Sonkás-kukoricás pizza			Tea Mátrai diákcsemegés Margarinos Rozskenyér Uborkával			Tea Főtt tojás Margarinos Korpás kenyérral			Tea Füstölt kolbász Margarinos Zsemklével Zöldhagymával			Ivólé Rántott sertésszelet szezámos bundában Párolt rizszel Házi káposztasalátával			Tea Császárszalonna Zsemklével Paradicsommal			Tea Disznósajt Félbarna kenyérral Zöldséggel		
	Energia: 732.90 Kcal / 3,063.52 KJ			Energia: 477.85 Kcal / 1,997.41 KJ			Energia: 506.45 Kcal / 2,116.96 KJ			Energia: 545.46 Kcal / 2,280.02 KJ			Energia: 1,258.61 Kcal / 5,260.99 KJ			Energia: 642.08 Kcal / 2,683.89 KJ			Energia: 714.79 Kcal / 2,987.82 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	24.55 g	19.63 g	6.08 g	19.01 g	8.69 g	11.42 g	18.81 g	14.35 g	4.28 g	13.22 g	9.88 g	6.87 g	36.47 g	67.85 g	1.14 g	13.53 g	30.01 g	11.34 g	26.87 g	29.65 g	8.13 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
113.92 g 20.19 g 2.19 g			80.62 g 19.99 g 2.19 g			75.20 g 19.99 g 1.80 g			100.89 g 19.99 g 2.55 g			123.23 g 11.75 g 3.00 g			78.60 g 19.99 g 2.43 g			84.16 g 19.99 g 5.90 g			
1,7			1,(7)			1,3,(7)			1,(7)			1,3,11			1			1			

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

**Allergén lista (kód-allergén)**

1-glutén  
2-rák  
3-tojás

7-tejtermék,laktóz  
8-diófélék  
9-zeller

10-mustár  
11-szezámm  
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfürt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**

**Eatrend Danubia Kft.**

.....2730,Albertfalva, Pesti út 65.....  
Cseportos adószám: 17783403-5-1-  
Adószám: 26215833-4-13

Élelmézszevető