

Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.28.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Reggeli	Tejeskávé Margarinos Kifli	Gyümölcsös tea Kenőmájás Korpás kenyér kigyóborkával	Gyümölcsös tea Póréhagymás sajtkrém Zsemle	Csipkebogyós tea Sült húskrém Graham kenyér Lilahagymával	Tej Margarinos Fatörzs kifli	Eprez tea Bundás kenyér Paradicsommal	Tej Kolbásos lecsó Félbarna kenyérral
	Energia: 559.70 Kcal / 2,339.55 KJ	Energia: 483.17 Kcal / 2,019.65 KJ	Energia: 507.45 Kcal / 2,121.14 KJ	Energia: 591.83 Kcal / 2,473.85 KJ	Energia: 712.13 Kcal / 2,976.70 KJ	Energia: 839.00 Kcal / 3,507.02 KJ	Energia: 1,136.76 Kcal / 4,751.66 KJ
	Fehérje 17.74 g Zsír 9.06 g T.Zsír 4.44 g Szénhidrát 101.54 g Cukor 19.98 g Só 1.34 g	Fehérje 13.73 g Zsír 11.62 g T.Zsír 4.04 g Szénhidrát 80.23 g Cukor 19.99 g Só 1.86 g	Fehérje 10.57 g Zsír 16.74 g T.Zsír 0.26 g Szénhidrát 77.93 g Cukor 19.99 g Só 1.02 g	Fehérje 16.41 g Zsír 16.34 g T.Zsír 6.78 g Szénhidrát 93.92 g Cukor 19.99 g Só 2.31 g	Fehérje 24.20 g Zsír 21.00 g T.Zsír 9.38 g Szénhidrát 106.14 g Cukor 21.50 g Só 1.76 g	Fehérje 34.88 g Zsír 14.04 g T.Zsír 0.97 g Szénhidrát 142.16 g Cukor 19.99 g Só 4.43 g	Fehérje 48.92 g Zsír 42.27 g T.Zsír 12.98 g Szénhidrát 138.79 g Cukor 0.00 g Só 8.27 g
	1,7	1,(6),(7),(10)	1,7	1,7,10,(12)	1,3,7	1,3,7	1,7,(6)
Tízórai	Nektarin	Sárgadinnye	Görögdinnye	Kefir	Banán	Natúr joghurt	Nektarin
	Energia: 82.92 Kcal / 346.61 KJ	Energia: 80.93 Kcal / 338.29 KJ	Energia: 62.25 Kcal / 260.21 KJ	Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ	Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ	Energia: 102.27 Kcal / 427.49 KJ	Energia: 82.92 Kcal / 346.61 KJ
	Fehérje 1.41 g Zsír 0.69 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 17.67 g Cukor 0.00 g Só 0.00 g	Fehérje 0.60 g Zsír 0.20 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 19.00 g Cukor 0.00 g Só 0.04 g	Fehérje 1.00 g Zsír 0.40 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 13.00 g Cukor 0.00 g Só 0.02 g	Fehérje 6.80 g Zsír 0.20 g T.Zsír 0.11 g Szénhidrát 9.20 g Cukor 0.00 g Só 0.60 g	Fehérje 1.95 g Zsír 0.15 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 36.30 g Cukor 0.00 g Só 0.00 g	Fehérje 7.88 g Zsír 2.63 g T.Zsír 1.58 g Szénhidrát 10.56 g Cukor 0.00 g Só 0.26 g	Fehérje 1.41 g Zsír 0.69 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 17.67 g Cukor 0.00 g Só 0.00 g
	7	7	7	7	7	7	7
Ebéd	Citromos almaleves Erdélyi tokány Párolt rizszel	Tavaszi zöldségleves Paradicsomos Húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral	Kolbásos burgonyaleves Káposztás tészta Porcukorral	Daragaluska leves Lenmagos húsgolyó Finomfőzelékkel Félbarna kenyérral	Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával	Gombóc leves Sztrapacska Pírtott szalonnával	Fahéjas almaleves Csirkepaprikás Főtt tésztával
	Energia: 1,066.62 Kcal / 4,458.47 KJ	Energia: 894.37 Kcal / 3,738.47 KJ	Energia: 799.88 Kcal / 3,343.50 KJ	Energia: 970.67 Kcal / 4,057.40 KJ	Energia: 1,477.36 Kcal / 6,175.36 KJ	Energia: 1,379.79 Kcal / 5,767.52 KJ	Energia: 1,075.53 Kcal / 4,495.72 KJ
	Fehérje 34.50 g Zsír 39.86 g T.Zsír 3.13 g Szénhidrát 147.88 g Cukor 22.98 g Só 3.01 g	Fehérje 32.39 g Zsír 40.69 g T.Zsír 6.02 g Szénhidrát 98.66 g Cukor 15.00 g Só 4.30 g	Fehérje 28.82 g Zsír 18.65 g T.Zsír 6.47 g Szénhidrát 128.75 g Cukor 15.00 g Só 4.82 g	Fehérje 37.60 g Zsír 40.16 g T.Zsír 7.59 g Szénhidrát 112.84 g Cukor 5.03 g Só 4.20 g	Fehérje 45.13 g Zsír 75.03 g T.Zsír 9.27 g Szénhidrát 152.76 g Cukor 6.00 g Só 6.43 g	Fehérje 39.33 g Zsír 65.54 g T.Zsír 11.95 g Szénhidrát 156.23 g Cukor 0.03 g Só 2.71 g	Fehérje 70.64 g Zsír 29.43 g T.Zsír 6.75 g Szénhidrát 136.56 g Cukor 19.98 g Só 3.08 g
	1,7	1,3,9	1,3,9	1,3,7,9	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7,(3)
Uzsonna	Gyümölcs joghurt	Nápolyi	Kajszibarackos háromszög	Citromos túrókrém Babapiskótával	Túrós tasca	Pizzás csiga	Sütemény
	Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ	Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ	Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ	Energia: 228.01 Kcal / 953.08 KJ	Energia: 153.89 Kcal / 643.26 KJ	Energia: 297.56 Kcal / 1,243.80 KJ	Energia: 431.68 Kcal / 1,804.42 KJ
	Fehérje 5.59 g Zsír 5.79 g T.Zsír 3.13 g Szénhidrát 22.45 g Cukor 12.99 g Só 0.49 g	Fehérje 3.28 g Zsír 14.17 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 27.06 g Cukor 0.00 g Só 0.00 g	Fehérje 7.56 g Zsír 36.54 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 79.96 g Cukor 0.00 g Só 0.00 g	Fehérje 9.57 g Zsír 5.26 g T.Zsír 1.45 g Szénhidrát 35.20 g Cukor 3.00 g Só 0.02 g	Fehérje 3.78 g Zsír 8.64 g T.Zsír 2.63 g Szénhidrát 15.08 g Cukor 4.00 g Só 0.31 g	Fehérje 4.66 g Zsír 20.58 g T.Zsír 5.44 g Szénhidrát 23.08 g Cukor 0.00 g Só 1.82 g	Fehérje 11.91 g Zsír 5.20 g T.Zsír 2.16 g Szénhidrát 84.15 g Cukor 18.69 g Só 0.12 g
	7,(1)	1,(3),(5),(7),(8)	1,7,(3),(6),(12)	1,3,7	1,7,(3),(6),(12)	1,7,(3),(9)	1,(7),(12)
Vacsora	Barackos tea Sajtos tejszínes csirkeragu Főtt tésztával	Meggyes tea Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal Salátalevéllal	Gyümölcsös tea Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal	Cseresznyés tea Kockasajt Kiflivel Paradicsommal	Gyümölcslé Sonkás-sajtos rakott tészta	Almás-fahéjas tea Füstölt kolbászos Zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel	Málnás tea Disznósajtos Félbarna kenyér Zöldhagymával
	Energia: 845.54 Kcal / 3,534.36 KJ	Energia: 524.34 Kcal / 2,191.74 KJ	Energia: 469.31 Kcal / 1,961.72 KJ	Energia: 500.45 Kcal / 2,091.88 KJ	Energia: 926.60 Kcal / 3,873.19 KJ	Energia: 543.04 Kcal / 2,269.91 KJ	Energia: 715.02 Kcal / 2,988.78 KJ
	Fehérje 52.43 g Zsír 21.78 g T.Zsír 0.50 g Szénhidrát 109.22 g Cukor 19.99 g Só 0.16 g	Fehérje 15.10 g Zsír 17.07 g T.Zsír 6.64 g Szénhidrát 77.25 g Cukor 19.99 g Só 2.82 g	Fehérje 19.05 g Zsír 7.31 g T.Zsír 11.21 g Szénhidrát 81.56 g Cukor 19.99 g Só 2.37 g	Fehérje 16.54 g Zsír 13.19 g T.Zsír 7.66 g Szénhidrát 78.19 g Cukor 19.99 g Só 2.23 g	Fehérje 46.72 g Zsír 42.20 g T.Zsír 11.03 g Szénhidrát 91.36 g Cukor 5.76 g Só 4.53 g	Fehérje 13.20 g Zsír 9.87 g T.Zsír 6.87 g Szénhidrát 100.10 g Cukor 26.23 g Só 2.56 g	Fehérje 26.85 g Zsír 29.58 g T.Zsír 8.14 g Szénhidrát 84.80 g Cukor 19.99 g Só 5.91 g
	1,7,(3),(10)	1,(7)	1,(7)	1,7	1,3,7	1,(7)	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-szszám
- 12-kéndioxid-szulfid

- 13-csillagfűrt
- 14-puhatestűek
- 15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783403-5-10

Adószám: 26215833-4-13

Élelmezésvezető