


Heti étlap 2025.02.17 - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Kollégium 15-18 éves	Vaníliás tejtital Kifli Soproni felvágottas Teljeskiörlésű kenyér Margarinnal			Citromos tea Tepertőkrémes Rozskenyér Lilahagymával Vaníliakrémes rúd			Tej Gabonagolyó Tavaszi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes Teljeskiörlésű kenyér Rácsos túrós táska			Meggyes tea Magvas sajtkrémes Korpás zsemle Bécsi felvágottas Rozskenyér Margarinnal		
		Energia: 372.76 Kcal / 1,558.14 Kj			Energia: 731.69 Kcal / 3,058.46 Kj			Energia: 438.81 Kcal / 1,834.23 Kj			Energia: 472.04 Kcal / 1,973.13 Kj			Energia: 516.44 Kcal / 2,158.72 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.18 g	3.85 g	1.98 g	18.06 g	37.72 g	14.23 g	15.28 g	14.12 g	3.38 g	14.55 g	15.07 g	7.79 g	13.72 g	13.76 g	10.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.58 g	11.00 g	1.02 g	78.97 g	29.98 g	2.30 g	62.13 g	0.00 g	1.64 g	69.03 g	12.00 g	1.61 g	83.91 g	24.99 g	1.80 g		
1,7			1,3,7,10,(6),(12)			1,3,7,10,(5),(12)			1,7			1,7,11				
Ebéd A	Kollégium 15-18 éves	Májgaluskaleves Káposztás tészta Porcukorral			Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizzsel Tartármártással			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Pusztapörkölt Félbarna kenyérral Vitaminsalátával			Tárkonyos csirkeraguleves Vaníliás piskóta Csokoládé sodóval		
		Energia: 554.36 Kcal / 2,317.22 Kj			Energia: 1,438.40 Kcal / 6,012.51 Kj			Energia: 982.61 Kcal / 4,107.31 Kj			Energia: 987.68 Kcal / 4,128.50 Kj			Energia: 931.73 Kcal / 3,894.63 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		22.19 g	8.51 g	1.50 g	35.61 g	96.08 g	13.10 g	35.87 g	47.40 g	12.30 g	35.61 g	42.74 g	11.33 g	34.00 g	23.93 g	5.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
97.60 g	15.04 g	2.48 g	111.34 g	23.98 g	7.06 g	101.59 g	0.02 g	7.87 g	113.28 g	8.00 g	5.82 g	144.38 g	61.46 g	3.16 g		
1,3,9			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9				
Ebéd B	Kollégium 15-18 éves	Májgaluskaleves Dejős tészta			Citromos almaleves Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával			Lebbencsleves Rácsos rakott hal			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Gombás-csirkes rizottó Reszelt sajttal			Tárkonyos csirkeraguleves Tejberizs Gyümölcsöntettel		
		Energia: 621.52 Kcal / 2,597.95 Kj			Energia: 1,459.93 Kcal / 6,102.51 Kj			Energia: 883.61 Kcal / 3,693.49 Kj			Energia: 857.38 Kcal / 3,583.85 Kj			Energia: 662.45 Kcal / 2,769.04 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25.33 g	15.14 g	1.81 g	37.24 g	85.51 g	14.10 g	35.72 g	32.80 g	8.54 g	41.25 g	36.09 g	8.48 g	28.03 g	8.80 g	3.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.78 g	21.03 g	1.56 g	139.14 g	37.97 g	5.96 g	108.05 g	0.02 g	6.78 g	91.69 g	0.06 g	5.04 g	119.76 g	37.49 g	3.27 g		
1,3,8,9,(5)			1,3,7			1,3,4,7,9			1,7,9			1,7,9,(12)				
Vacsora	Kollégium 15-18 éves	Barackos tea Mediterrán csirke Burgonyapürével			Epres tea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel			Cseresznyés tea Mézes-mustáros csirkeragu Párolt rizzsel			Citromos tea Sonkás kenyérlángos					
		Energia: 689.48 Kcal / 2,882.03 Kj			Energia: 675.57 Kcal / 2,823.88 Kj			Energia: 746.81 Kcal / 3,121.67 Kj			Energia: 679.91 Kcal / 2,842.02 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		41.12 g	18.71 g	7.39 g	26.24 g	23.50 g	9.45 g	33.83 g	18.26 g	3.00 g	24.11 g	18.30 g	7.44 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
87.40 g	30.10 g	4.07 g	88.86 g	19.99 g	1.23 g	110.92 g	34.03 g	3.26 g	103.91 g	30.68 g	2.68 g					
7,(10)			1,3,7			1,7,10,(12)			1,7							

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezámm	14-puhatestűek	1/1
Quadro Byte Zrt	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

