


Heti étlap 2025.03.31 - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Kollégium 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér Tej Gabonagyógyó			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Teljeskiőrlésű kenyér Csokoládékrémes rúd			Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Kígyóborkával			Csipkebogyós tea Rozskenyér Kenőmájással Margarinos Zsemle Sajt szelettel Salátalevéllel			Barackos tea Margarinos Teljeskiőrlésű kenyér Főtt tojáskarikákkal Vaníliakrémes rúd		
		Energia: 581.84 Kcal / 2,432.09 KJ			Energia: 446.68 Kcal / 1,867.12 KJ			Energia: 506.14 Kcal / 2,115.67 KJ			Energia: 555.04 Kcal / 2,320.07 KJ			Energia: 667.23 Kcal / 2,789.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13.26 g	10.61 g	9.14 g	7.32 g	22.27 g	6.99 g	19.30 g	9.29 g	3.98 g	19.26 g	14.52 g	11.14 g	18.61 g	31.27 g	11.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
105.91 g	48.07 g	1.43 g	53.57 g	12.40 g	1.51 g	86.11 g	24.30 g	1.58 g	86.23 g	24.98 g	1.52 g	77.13 g	29.98 g	2.21 g		
1,7,(3),(5)			1,3,4,7,10			1,7			1,7,(6),(10)			1,3,7,(6),(12)				
Ebéd A	Kollégium 15-18 éves	Cheddaros sajtkrémleves Nachosszal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Alma			Májgaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral			Rántott leves Pirított kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával Alma			Burgonyagaluska leves Tejbegríz Kakaó szóráttal		
		Energia: 1,008.12 Kcal / 4,213.94 KJ			Energia: 888.97 Kcal / 3,715.89 KJ			Energia: 929.32 Kcal / 3,884.56 KJ			Energia: 930.35 Kcal / 3,888.86 KJ			Energia: 914.95 Kcal / 3,824.49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31.79 g	55.75 g	18.14 g	37.22 g	19.49 g	8.73 g	31.42 g	37.54 g	10.12 g	32.25 g	15.95 g	4.66 g	40.50 g	43.25 g	11.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.88 g	0.06 g	4.04 g	141.50 g	52.22 g	2.72 g	115.13 g	15.03 g	2.90 g	163.65 g	71.43 g	1.98 g	89.98 g	0.05 g	1.96 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,7			1,3,7				
Ebéd B	Kollégium 15-18 éves	Cheddaros sajtkrémleves Nachosszal Rakott zöldbab bulgurral Alma			Májgaluskaleves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Tejfölös karfiolleves Kínai pirított tészta csirkecsíkokkal			Rántott leves Pirított kenyérkockával Finomfőzelék Csirke nuggetszel Félbarna kenyérral Alma			Burgonyagaluska leves Zöldséges rizottó Reszelt sajt szóráttal		
		Energia: 939.70 Kcal / 3,927.95 KJ			Energia: 594.95 Kcal / 2,486.89 KJ			Energia: 550.00 Kcal / 2,299.00 KJ			Energia: 975.98 Kcal / 4,079.60 KJ			Energia: 783.42 Kcal / 3,274.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		33.64 g	56.09 g	18.86 g	22.87 g	14.80 g	2.20 g	42.57 g	10.54 g	2.64 g	40.26 g	35.00 g	11.16 g	41.58 g	31.37 g	2.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.26 g	0.06 g	4.62 g	92.81 g	0.05 g	5.73 g	70.80 g	0.04 g	3.66 g	123.64 g	0.00 g	4.67 g	81.42 g	4.05 g	5.80 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,9,15,(12)			1,3,6,7			1,7			1,7,(3)				
Vacsora	Kollégium 15-18 éves	Gyümölcsös tea Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Epres tea Sajtos-tejfölös lángos			Málnás tea Hot-dog Ketchuppal Majonézzel			Gyümölcsle Tavaszi rizseshús					
		Energia: 861.87 Kcal / 3,602.62 KJ			Energia: 664.40 Kcal / 2,777.19 KJ			Energia: 601.60 Kcal / 2,514.69 KJ			Energia: 1,224.57 Kcal / 5,118.70 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		36.42 g	40.09 g	13.21 g	21.28 g	24.34 g	11.62 g	29.16 g	13.43 g	6.87 g	34.92 g	73.93 g	12.02 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
87.59 g	25.44 g	2.02 g	89.64 g	20.39 g	2.73 g	90.21 g	24.41 g	2.14 g	102.36 g	19.99 g	3.98 g					
1,3,7,(6),(12)			1,7			1,7			1,3,7							

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

1/1

16-édesgyökér

Quadro Byte Zrt

5-földimogyoró

8-diófélék

11-szezám

14-puhatestűek

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!



2023.06.06 9:48:31 | QB - Élelem

Heti étlap 2025.03.31 - 2025.04.04.

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfit 15-mesterséges édesítőszer

Elelmzésvezető