


Heti étlap 2025.02.10 - 2025.02.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(05233)</b> <b>Tojásmentes 7-14</b>	Karamellás tej, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea, Házi gyümölcsjoghurt , Diétás pékáru BL			Herba tea, Spenótos fetás krém, Diétás pékáru BL, Kígyóborkával			Herba tea, Sertés párizsis, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL		
		Energia: 292.58 Kcal / 1,222.98 KJ			Energia: 234.82 Kcal / 981.55 KJ			Energia: 290.90 Kcal / 1,215.96 KJ			Energia: 155.37 Kcal / 649.45 KJ			Energia: 245.90 Kcal / 1,027.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.90 g	17.02 g	5.43 g	0.69 g	19.51 g	5.30 g	6.98 g	7.20 g	3.91 g	1.57 g	9.85 g	5.10 g	3.64 g	19.46 g	5.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.62 g	16.74 g	0.47 g	13.76 g	13.39 g	0.30 g	49.09 g	37.57 g	0.60 g	14.88 g	17.10 g	0.12 g	13.69 g	13.39 g	0.88 g		
1,7			1,4			1,7			1,7			1				
<b>Ebéd</b>	<b>(05233)</b> <b>Tojásmentes 7-14</b>	Fokhagymakrémleves, Pírtott kenyérkockával, Mexikói húsos babragu, Diétás pékáru BL, ebédhez			Legényfogó leves, Tejbedara, Kakaó szórat, Alma			Magyaros karfiolleves, Csikós tokány, Párolt rizszel			Csontleves , Levesbetét, Székelykáposzta, Diétás pékáru BL			Babgulyás , Burgonyás tészta, Káposztasalátával		
		Energia: 824.23 Kcal / 3,445.28 KJ			Energia: 668.85 Kcal / 2,795.79 KJ			Energia: 635.06 Kcal / 2,654.55 KJ			Energia: 340.13 Kcal / 1,421.74 KJ			Energia: 640.13 Kcal / 2,675.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.21 g	29.86 g	7.86 g	22.64 g	11.13 g	4.15 g	18.86 g	33.78 g	8.56 g	16.55 g	21.44 g	7.47 g	17.49 g	15.30 g	2.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108.51 g	3.01 g	2.56 g	119.22 g	66.08 g	1.66 g	63.19 g	0.01 g	3.40 g	19.92 g	0.35 g	3.34 g	105.83 g	7.15 g	3.43 g		
1,7,9			1,7,9			1,7,9			1,7,9,(12)			1,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>(05233)</b> <b>Tojásmentes 7-14</b>	Szendvics sonka, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Kígyóborkával			Natúr sajtkrém, Diétás pékáru BL			Paprikás szalámis, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Paprikával			Vaníliás puding, Diétás pékáru BL			meggyes pite-TündérManna, Mandarin		
		Energia: 170.76 Kcal / 713.78 KJ			Energia: 114.18 Kcal / 477.27 KJ			Energia: 208.52 Kcal / 871.61 KJ			Energia: 158.44 Kcal / 662.28 KJ			Energia: 229.09 Kcal / 957.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.07 g	14.46 g	4.22 g	1.68 g	11.55 g	6.87 g	3.42 g	20.98 g	6.22 g	4.50 g	5.28 g	2.91 g	3.58 g	8.61 g	3.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
2.91 g	3.71 g	0.90 g	0.75 g	0.00 g	0.35 g	1.29 g	0.00 g	0.80 g	23.07 g	18.18 g	0.10 g	34.36 g	3.77 g	0.10 g		
1			1,7			1			1							

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

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

Kód magyarázat: 800 diéta főköd ; 802 diétás korcsoportoskód

Allergén lista (kód-allergén)

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