

Heti étlap 2025.03.03- 2025.03.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	(05233) Tojásmentes 7-14	Vanília tej, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Herba tea, Natúr sajtkrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea, Kolbászkrém házi TM, Diétás pékáru BL, Kígyóborkával			Herba tea, Házi gyümölcsjoghurt , Diétás pékáru BL			Herba tea, Sült húskrém, Diétás pékáru BL, Kígyóborkával		
		Energia: 281.45 Kcal / 1,176.46 KJ			Energia: 169.10 Kcal / 706.84 KJ			Energia: 128.31 Kcal / 536.34 KJ			Energia: 290.90 Kcal / 1,215.96 KJ			Energia: 227.16 Kcal / 949.53 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.91 g	17.02 g	5.43 g	1.75 g	11.57 g	6.87 g	1.95 g	6.32 g	5.47 g	6.98 g	7.20 g	3.91 g	2.53 g	17.61 g	5.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24.83 g	13.39 g	0.47 g	14.25 g	13.39 g	0.35 g	15.93 g	17.10 g	0.56 g	49.09 g	37.57 g	0.60 g	14.33 g	17.10 g	0.39 g		
1,7			1,7			1			1,7			1				
Ebéd	(05233) Tojásmentes 7-14	Sárgarépa-krémleves, Pírtott kenyérkockával, Sertéspörkölt, Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves, Pulykavagdalt, Burgonyafőzelék, Diétás pékáruval BL, ebédhez			Gulyásleves, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Káposztás tészta, Porcukorral, Alma			Vajgaluskaleves , Eatrend sertésragu, Bulgurral körettel			Vegyes gyümölcsleves, Spenótos sertésragu rakott tészta		
		Energia: 655.47 Kcal / 2,739.86 KJ			Energia: 681.84 Kcal / 2,850.09 KJ			Energia: 778.52 Kcal / 3,254.21 KJ			Energia: 625.40 Kcal / 2,614.17 KJ			Energia: 551.15 Kcal / 2,303.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.18 g	28.76 g	5.59 g	26.26 g	21.90 g	4.11 g	13.84 g	15.25 g	1.82 g	21.29 g	30.38 g	7.94 g	19.81 g	16.93 g	4.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.06 g	6.01 g	3.10 g	95.01 g	3.01 g	2.82 g	143.75 g	20.10 g	1.00 g	70.88 g	0.00 g	3.49 g	80.63 g	20.41 g	1.62 g		
1,7,9			1,7,9			9			1			1,7				
Uzsonna	(05233) Tojásmentes 7-14	Sertés párizsis, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Kígyóborkával			Zala felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			növényi sajtos pogácsa-TündérManna			Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Paprikával			Zöldfűszeres kockasajttal, Diétás pékáru BL		
		Energia: 195.72 Kcal / 818.11 KJ			Energia: 188.92 Kcal / 789.69 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ			Energia: 234.84 Kcal / 981.63 KJ			Energia: 75.45 Kcal / 315.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.98 g	19.50 g	6.12 g	4.17 g	18.79 g	5.55 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g	4.59 g	23.35 g	7.24 g	6.37 g	4.30 g	2.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
0.87 g	3.71 g	0.89 g	0.58 g	0.00 g	0.80 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g	1.33 g	0.00 g	1.46 g	2.55 g	0.00 g	0.38 g		
1			1			1			1			1,7				

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, 10-mustár

13-csillagfürt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék 11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller 12-kéndioxid-szulfid

15-mesterséges édesítőszer