

Heti étlap 2025.03.31- 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(05233) Tojásmentes 7-14	Herba tea, Snidlinges vajkrém, Diétás pékáru BL			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Tej, Mézes, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Herba tea, Kenőmájásos allergénmentes, Diétás pékáru BL, Salátalevéllel			Herba tea, Csirkemellsonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL		
		Energia: 160.85 Kcal / 672.35 KJ			Energia: 234.05 Kcal / 978.33 KJ			Energia: 291.09 Kcal / 1,216.76 KJ			Energia: 159.68 Kcal / 667.46 KJ			Energia: 215.09 Kcal / 899.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		0.80 g	11.12 g	5.37 g	0.62 g	19.49 g	5.30 g	6.98 g	17.02 g	5.43 g	4.09 g	8.14 g	3.03 g	5.17 g	14.84 g	4.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
14.14 g	13.39 g	0.01 g	13.66 g	13.39 g	0.30 g	27.16 g	16.28 g	0.48 g	17.27 g	13.39 g	0.34 g	14.89 g	13.39 g	0.84 g		
1,7			1,4			1,7			1			1				
Ebéd	(05233) Tojásmentes 7-14	Cheddaros sajtkrémleves, Nachossal, Tavaszi sertésragu, Párolt rizszel			Májgaluskaleves, Túrós-barackos rakott tészta			Tejfölös karfiolleves, Paradicsomos, Húsgombóc, Főtt burgonyával			Alföldi gulyásleves, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Tejbedara, Kakaó szórát, Alma			Rántott leves, Pírtott kenyérgockával, Bakonyi sertésragu, Főtt tésztával		
		Energia: 620.67 Kcal / 2,594.40 KJ			Energia: 580.53 Kcal / 2,426.62 KJ			Energia: 593.81 Kcal / 2,482.13 KJ			Energia: 949.24 Kcal / 3,967.82 KJ			Energia: 499.65 Kcal / 2,088.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		19.69 g	29.09 g	7.37 g	16.50 g	11.55 g	5.70 g	25.24 g	17.39 g	3.12 g	25.67 g	12.99 g	3.99 g	16.02 g	25.99 g	6.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.66 g	0.64 g	2.63 g	102.07 g	40.27 g	1.40 g	82.78 g	12.91 g	4.51 g	180.63 g	69.37 g	1.47 g	49.37 g	2.43 g	0.84 g		
1,7			7,9			1,7,9			1,7			1,7				
Uzsonna	(05233) Tojásmentes 7-14	fahéjas csiga-TündérManna			Sertés párizsis, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Paprikával			Szendvics sonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Kígyóborkával			GM-Pizzás csiga			Kockasajttal, Diétás pékáru BL		
		Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 198.37 Kcal / 829.19 KJ			Energia: 170.76 Kcal / 713.78 KJ			Energia: 216.56 Kcal / 905.22 KJ			Energia: 151.31 Kcal / 632.48 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		1.00 g	11.60 g	5.00 g	4.05 g	19.57 g	5.86 g	7.07 g	14.46 g	4.22 g	0.75 g	8.72 g	4.58 g	8.39 g	12.50 g	7.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46.60 g	1.90 g	1.00 g	1.30 g	0.00 g	0.88 g	2.91 g	0.14 g	0.90 g	30.94 g	2.56 g	2.25 g	1.15 g	0.00 g	1.40 g		
1			1			1			1,7			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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |