

Heti étlap - 2026.04.27 - 05.01

Felnőtt

HÉTFŐ

Ebéd A menü

Zöldségleves [7,9]
Fasírt [1,3]
Burgonyafőzelékkel [1,7]
Teljes kiőrlésű kenyérrrel [1]

| | | |
|------------------|-------------|--------------|
| Fehé.: 30.6g | Zsír: 49.4g | T.Zs.: 11.8g |
| Szén.: 102.1g | Cukor: 0.1g | Só: 1.8g |
| Ener.: 990.7kcal | | |

Ebéd B menü

Zöldségleves [7,9]
Hal nuggets [1,4,(2,3,6,7,9,10)]
Párolt rizszel

| | | |
|------------------|-------------|-------------|
| Fehé.: 24.3g | Zsír: 37.0g | T.Zs.: 4.7g |
| Szén.: 109.1g | Cukor: 1.2g | Só: 2.7g |
| Ener.: 872.7kcal | | |

KEDD

Ebéd A menü

Paradicsomleves [1,9]
Rántott sajt [7,(1,3)]
Párolt rizszel
Tartármártással [3,7,10,(1,12)]

| | | |
|-------------------|--------------|-------------|
| Fehé.: 36.6g | Zsír: 63.1g | T.Zs.: 6.5g |
| Szén.: 144.8g | Cukor: 54.4g | Só: 5.5g |
| Ener.: 1305.9kcal | | |

Ebéd B menü

Paradicsomleves [1,9]
Sertéspaprikás [1,7]
Orsó tésztával [1,3]

| | | |
|-------------------|--------------|--------------|
| Fehé.: 39.7g | Zsír: 50.1g | T.Zs.: 12.6g |
| Szén.: 148.0g | Cukor: 54.0g | Só: 2.5g |
| Ener.: 1208.0kcal | | |

SZERDA

Ebéd A menü

Vajgaluskaleves [1,3,9,(7)]
Levesbetéttel [1,3]
Toscan csirkeragu
Penne tésztával [1,3]
Reszelt trapista sajttal [7]

| | | |
|------------------|-------------|-------------|
| Fehé.: 28.8g | Zsír: 24.9g | T.Zs.: 9.5g |
| Szén.: 86.7g | Cukor: 5.6g | Só: 3.6g |
| Ener.: 689.5kcal | | |

Ebéd B menü

Vajgaluskaleves [1,3,9,(7)]
Levesbetéttel [1,3]
Rakott zöldbab bulgarral [1,7]

| | | |
|------------------|-------------|--------------|
| Fehé.: 32.8g | Zsír: 47.4g | T.Zs.: 12.5g |
| Szén.: 78.1g | Cukor: 0.0g | Só: 1.5g |
| Ener.: 873.5kcal | | |

CSÜTÖRTÖK

Ebéd A menü

Magyaros lencsegulyás [1,7,10,(12)]
Teljes kiőrlésű kenyérrrel [1]
Vaníliás tejberizs [1,7]
Meggyraguval

| | | |
|------------------|--------------|-------------|
| Fehé.: 37.1g | Zsír: 18.4g | T.Zs.: 4.8g |
| Szén.: 161.1g | Cukor: 32.5g | Só: 2.1g |
| Ener.: 964.7kcal | | |

Ebéd B menü

Magyaros lencsegulyás [1,7,10,(12)]
Teljes kiőrlésű kenyérrrel [1]
Túrótöltelikes gombóc [1,7,(3,6,12)]
Porcukorral

| | | |
|-------------------|--------------|--------------|
| Fehé.: 52.8g | Zsír: 73.6g | T.Zs.: 22.0g |
| Szén.: 196.1g | Cukor: 48.5g | Só: 4.3g |
| Ener.: 1666.1kcal | | |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változtatásokról az érintett intézményeket értesítjük. Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

| | | | | |
|--------------|---------------------------|------------------|------------------|---------------------------------|
| 1 - glutén | 2 - rák | 3 - tojás | 4 - hal | 5 - földimogyoró |
| 6 - szója | 7 - tejtermék, laktóz | 8 - diófélék | 9 - zeller | 10 - mustár |
| 11 - szeszám | 12 - kén-dioxid - szulfid | 13 - csillagfürt | 14 - puhatestűek | 15 - mesterséges édesítőszer |

16 - édesgyökér