

Heti étlap 2025.06.02 - 2025.06.06.

|  |                                                   | Hétfő                                                                                              |         |        | Kedd                                                                               |         |        | Szerda                                                                           |         |        | Csütörtök                                                    |         |        | Péntek                                                                                       |         |        |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|----------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|--------------------------------------------------------------|---------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|
| Tízórai                                                                          | 5313<br>Tej,OM,cm,szój,ban<br>,marha<br>7-14 éves | Karamellás rizstej, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL(1)                                          |         |        | Herba tea, Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL(1), Paradicsommal |         |        | Vaníliás rizstej, Mézes, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL(1)                   |         |        | Herba tea, Tonhalkrém(4), Diétás pékáru BL(1), Kígyóborkával |         |        | Herba tea, Sült húskrém(4), Diétás pékáru BL(1), Lilahagymával                               |         |        |
|                                                                                  |                                                   | Energia: 251.02 Kcal / 1,049.26 KJ                                                                 |         |        | Energia: 288.94 Kcal / 1,207.77 KJ                                                 |         |        | Energia: 333.65 Kcal / 1,394.66 KJ                                               |         |        | Energia: 238.02 Kcal / 994.92 KJ                             |         |        | Energia: 235.06 Kcal / 982.55 KJ                                                             |         |        |
|                                                                                  |                                                   | Fehérje                                                                                            | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                            | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                          | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                      | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                                      | Zsír    | T.Zsír |
|                                                                                  |                                                   | 0.11 g                                                                                             | 15.28 g | 3.96 g | 4.48 g                                                                             | 23.30 g | 7.26 g | 0.22 g                                                                           | 15.92 g | 4.04 g | 0.96 g                                                       | 19.53 g | 5.56 g | 2.55 g                                                                                       | 17.60 g | 5.01 g |
|                                                                                  |                                                   | Szénhidrát                                                                                         | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                         | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                       | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                   | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                                   | Cukor   | Só     |
|                                                                                  |                                                   | 27.54 g                                                                                            | 22.09 g | 0.20 g | 14.92 g                                                                            | 13.39 g | 1.47 g | 46.33 g                                                                          | 37.70 g | 0.21 g | 14.24 g                                                      | 13.53 g | 0.31 g | 16.24 g                                                                                      | 13.39 g | 0.39 g |
| Ebéd                                                                             | 5313<br>Tej,OM,cm,szój,ban<br>,marha<br>7-14 éves | Brokkolikrémleves(1), Pirított kenyérkockával(1), Pusztapörkölt burgonyával, Csemege uborkával(15) |         |        | Lencsegulyás(10), Grízes tészta(3,1), Áfonyalekváros, Porcukorral                  |         |        | Vajgaluskaleves , Vagdalt(3,1), Finomfőzelékkel(1), Diétás pékáruval BL, ebédhez |         |        | Vegyes gyümölcsleves, Temesvári sertésragu, Párolt rizzsel   |         |        | Paradicsomleves(9,1), Rántott csirkemell corn flakes bundában(, Burgonyapürével, Görögdinnye |         |        |
|                                                                                  |                                                   | Energia: 506.45 Kcal / 2,116.96 KJ                                                                 |         |        | Energia: 743.46 Kcal / 3,107.66 KJ                                                 |         |        | Energia: 759.96 Kcal / 3,176.63 KJ                                               |         |        | Energia: 643.27 Kcal / 2,688.87 KJ                           |         |        | Energia: 1,173.91 Kcal / 4,906.94 KJ                                                         |         |        |
|                                                                                  |                                                   | Fehérje                                                                                            | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                            | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                          | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                      | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                                      | Zsír    | T.Zsír |
|                                                                                  |                                                   | 19.90 g                                                                                            | 27.27 g | 7.13 g | 30.53 g                                                                            | 12.91 g | 2.47 g | 34.84 g                                                                          | 20.31 g | 3.43 g | 17.31 g                                                      | 27.84 g | 6.65 g | 37.35 g                                                                                      | 57.01 g | 7.70 g |
|                                                                                  |                                                   | Szénhidrát                                                                                         | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                         | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                       | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                   | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                                   | Cukor   | Só     |
|                                                                                  |                                                   | 44.26 g                                                                                            | 0.00 g  | 2.68 g | 125.26 g                                                                           | 29.22 g | 1.28 g | 107.52 g                                                                         | 6.75 g  | 3.71 g | 81.33 g                                                      | 15.58 g | 2.04 g | 125.07 g                                                                                     | 37.72 g | 3.40 g |
| Uzsonna                                                                          | 5313<br>Tej,OM,cm,szój,ban<br>,marha<br>7-14 éves | Zala felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL(1), Paprikával                                |         |        | növényi sajtos pogácsa-TündérManna, Alma                                           |         |        | Paprikás szalámis, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL(1), Paprikával             |         |        | fahéjas csiga-TündérManna                                    |         |        | Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL(1)                                              |         |        |
|                                                                                  |                                                   | Energia: 195.54 Kcal / 817.36 KJ                                                                   |         |        | Energia: 349.31 Kcal / 1,460.12 KJ                                                 |         |        | Energia: 208.52 Kcal / 871.61 KJ                                                 |         |        | Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ                           |         |        | Energia: 28.78 Kcal / 120.30 KJ                                                              |         |        |
|                                                                                  |                                                   | Fehérje                                                                                            | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                            | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                          | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                      | Zsír    | T.Zsír | Fehérje                                                                                      | Zsír    | T.Zsír |
|                                                                                  |                                                   | 4.58 g                                                                                             | 18.90 g | 5.55 g | 1.30 g                                                                             | 17.70 g | 9.30 g | 3.42 g                                                                           | 20.98 g | 6.22 g | 1.00 g                                                       | 11.60 g | 5.00 g | 0.06 g                                                                                       | 0.30 g  | 0.04 g |
|                                                                                  |                                                   | Szénhidrát                                                                                         | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                         | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                       | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                   | Cukor   | Só     | Szénhidrát                                                                                   | Cukor   | Só     |
|                                                                                  |                                                   | 1.59 g                                                                                             | 0.00 g  | 0.80 g | 44.70 g                                                                            | 1.50 g  | 1.42 g | 1.29 g                                                                           | 0.00 g  | 0.80 g | 46.60 g                                                      | 1.90 g  | 1.00 g | 6.34 g                                                                                       | 3.00 g  | 0.00 g |

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,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 |

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
2730 Albertirózsa, Pesti út 65.  
Csoportos adószám: 17783403-5-1-1-  
Adószám: 26215833-4-13  
**Élelmiszevezető**