

Heti étlap - 2026.08.10 - 08.14

5572 Tej-, tojás-, földimogyoró-, olajos magmentes (rozsmentes) 4-6

HÉTFŐ

Tízórai

Csipkebogyó tea
Hot-dog [1]
Mustárral [10,(12)]

Fehé.: 24,2g	Zsír: 26,5g	T.Zs.: 9,4g
Szén.: 59,2g	Cukor: 6,7g	Só: 1,4g
Ener.: 574,9kcal		

Ebéd

Almás zellerkrémleves TM [1,9]
Klasszikus hentes tokány [1,15,(12)]
Jázmin rizzsel

Fehé.: 17,4g	Zsír: 30,9g	T.Zs.: 7,0g
Szén.: 69,0g	Cukor: 0,0g	Só: 2,0g
Ener.: 622,7kcal		

Uzsonna

Bécsi felvágottas
Diétás pékáru BL [1]
Liga margarinnal
Paprikával

Fehé.: 5,3g	Zsír: 7,6g	T.Zs.: 2,9g
Szén.: 14,9g	Cukor: 0,0g	Só: 0,9g
Ener.: 149,7kcal		

KEDD

Tízórai

Citrom ízű limonádé
Álomsonka krémes
Diétás pékáru BL [1]
Kígyóborkával

Fehé.: 3,9g	Zsír: 1,6g	T.Zs.: 0,8g
Szén.: 21,6g	Cukor: 6,8g	Só: 0,2g
Ener.: 117,2kcal		

Ebéd

Könnýű tavaszi zöldségleves [9]
Sertéspörkölt [1]
Tarhonyával
Céklasalátával [15,(12)]

Fehé.: 13,6g	Zsír: 21,0g	T.Zs.: 5,3g
Szén.: 59,3g	Cukor: 8,5g	Só: 1,3g
Ener.: 486,0kcal		

Uzsonna

Vaniliás szív

Fehé.: 0,8g	Zsír: 5,1g	T.Zs.: 1,5g
Szén.: 41,1g	Cukor: 2,1g	Só: 0,6g
Ener.: 221,1kcal		

SZERDA

Tízórai

Kakaó rizstejből
Diétás pékáru BL [1]
Liga margarinnal

Fehé.: 2,6g	Zsír: 3,5g	T.Zs.: 1,0g
Szén.: 43,6g	Cukor: 21,4g	Só: 0,0g
Ener.: 219,8kcal		

Ebéd

Jókai bableves [1]
Diétás pékáruval BL-E
Rakott tészta glutén, tejmentes
Alma

Fehé.: 13,0g	Zsír: 32,2g	T.Zs.: 13,0g
Szén.: 105,4g	Cukor: 5,9g	Só: 3,5g
Ener.: 763,9kcal		

Uzsonna

Cheddar sajtos növényi szendvicskrém
Diétás pékáru BL [1]
Kígyóborkával

Fehé.: 2,8g	Zsír: 5,0g	T.Zs.: 4,4g
Szén.: 15,9g	Cukor: 0,1g	Só: 0,4g
Ener.: 119,5kcal		

CSÜTÖRTÖK

Tízórai

Menta ízű limonádé
Padlizsánkrémes
Diétás pékáru BL [1]
Paradicsommal

Fehé.: 2,9g	Zsír: 0,8g	T.Zs.: 0,3g
Szén.: 23,0g	Cukor: 6,7g	Só: 0,1g
Ener.: 111,6kcal		

Ebéd

Csontleves [9]
Fasírt
Krém sárgaborsófőzelékkel, tejmentes [1]
Diétás pékáruval BL-E

Fehé.: 31,2g	Zsír: 35,3g	T.Zs.: 9,9g
Szén.: 62,4g	Cukor: 1,5g	Só: 0,9g
Ener.: 696,8kcal		

Uzsonna

Zöldfűszeres növényi szendvicskrém
Diétás pékáru BL [1]

Fehé.: 2,6g	Zsír: 5,0g	T.Zs.: 4,3g
Szén.: 15,6g	Cukor: 0,0g	Só: 0,4g
Ener.: 117,1kcal		

PÉNTEK

Tízórai

Rizstej
Sült húskrém
Diétás pékáru BL [1]

Fehé.: 3,8g	Zsír: 4,9g	T.Zs.: 1,4g
Szén.: 30,2g	Cukor: 8,0g	Só: 0,2g
Ener.: 182,9kcal		

Ebéd

Minestrone leves [1]
Óvári sertésszelet [1]
Párolt burgulával [1]
Uborkasalátával

Fehé.: 41,2g	Zsír: 33,6g	T.Zs.: 11,6g
Szén.: 75,0g	Cukor: 3,0g	Só: 5,8g
Ener.: 752,4kcal		

Uzsonna

Olasz felvágottas
Diétás pékáru BL [1]
Liga margarinnal
Pritamin Paprikával

Fehé.: 5,6g	Zsír: 7,7g	T.Zs.: 2,9g
Szén.: 15,5g	Cukor: 0,0g	Só: 0,9g
Ener.: 153,6kcal		

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