

Heti étlap - 2026.10.19 - 10.23

Középiskola 15-18 éves A

HÉTFŐ

Ebéd

Kelbimbólevés [1]

SertésStroganoff [1,7,10,15,(12)]

Párolt bulgurral [1]

Fehé.: 33,9g	Zsír: 31,5g	T.Zs.: 9,1g
Szén.: 99,8g	Cukor: 0,0g	Só: 4,2g
Ener.: 798,5kcal		

KEDD

Ebéd

Babgulyás [1,9]

Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]

Szilvalekváros gombóc [1]

Porcukorral

Alma

Fehé.: 35,5g	Zsír: 14,0g	T.Zs.: 2,5g
Szén.: 192,2g	Cukor: 30,0g	Só: 1,8g
Ener.: 1060,3kcal		

SZERDA

Ebéd

Francia hagymaleves [1,7]

Sajtos [7]

Pirított zsemle krutonnal [1]

Húsos Lasagne [1,3,7,(6,10)]

Fehé.: 30,7g	Zsír: 43,3g	T.Zs.: 17,2g
Szén.: 47,8g	Cukor: 0,6g	Só: 2,5g
Ener.: 714,1kcal		

CSÜTÖRTÖK

Ebéd

Erőleves [9]

Eperlevél tésztával [1,3]

Kapros tökfőzelékkel [1,7]

Marhapörkölt

Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]

Fehé.: 30,9g	Zsír: 37,7g	T.Zs.: 10,1g
Szén.: 69,2g	Cukor: 0,8g	Só: 1,5g
Ener.: 743,9kcal		

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 | | | | |