



Füredu Hableány Bt.  
Tiszafüred, Hunyadi út 2.



14. hét 2026. 03. 30. - 2025. 04. 03.

## É T L A P

## Középiskola

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Ebéd A menü</b>	- Kerti tavaszi leves - Teljes kiőrlésű kenyér - Sárgaborsó főzelék - Borsos tokány	- Reszelt tésztaleves - Rántott hal - Burgonyapüré - Tartármártás	- Magyaros bableves - Teljes kiőrlésű kenyér - Sajtos-tejfőlés metélt	- Köménymagleves - Pirított kenyérkocka - Mexikói csirkeragu - Rizs	-
Allergének:	Glutén, laktóz, tojás, zeller	Glutén, laktóz, tojás, zeller, hal	Glutén, laktóz, tojás, zeller	Glutén, laktóz, tojás, zeller	-
Energia Tel. zsír Szénhidrát Só Zsír Fehérje Cukor Cal.	741 kcal/adag 2,4 g/adag 62,7 g/adag 2,1 g/adag 20,7 g/adag 32,4 g/adag 6,2 g/adag 312,3 g/adag	700 kcal/adag 2,2 g/adag 57,3 g/adag 1,8 g/adag 40,0 g/adag 24,6 g/adag 7,9 g/adag 45,0 g/adag	720 kcal/adag 2,1 g/adag 57,2 g/adag 1,7 g/adag 410,0 g/adag 23,6 g/adag 7,8 g/adag 46,0 g/adag	692 kcal/adag 2,3 g/adag 72,4 g/adag 1,8 g/adag 26,1 g/adag 33,3 g/adag 1 g/adag 73,8 g/adag	kcal/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag
<b>Ebéd B menü</b>	-	-	-	-	-
Energia Tel. zsír Szénhidrát Só Zsír Fehérje Cukor Cal.	kcal/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag	kcal/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag	kcal/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag	kcal/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag	kcal/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag g/adag
Allergének:	-	-	-	-	-

A változtatás jogát fenntartjuk! Minden ebédhez csökkentett só és szénhidrát tartalmú kenyeret kínálunk !

Főzőkonyháink heti ÉTLAPJA elérhető minden tárgyhetet megelőző hét szerdájától a [www.hableanyhotel.hu](http://www.hableanyhotel.hu) honlapon. Tápanyagokkal, főzéstechnikával és egyéb ételkészítési kérdéseikkel a [hableanyhotel@dunaweb.hu](mailto:hableanyhotel@dunaweb.hu) címen kereshetnek. Telefonszám:59/352-349

Ábrahám Tamás  
Igazgató

Az étrend glutént, tejet, tojást, szóját, csillagfürtöt, zellert, mustárt, kén-dioxidot, mogyorót nyomokban tartalmazhat!