

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
	Reggeli	<b>Macikavé Kifli Margarinnal</b> Energia: 559.70 Kcal / 2,339.55 KJ	<b>Barackos tea Kenőmájás Korpás kenyérrrel Uborkával</b> Energia: 525.63 Kcal / 2,197.13 KJ	<b>Csipkebogyós tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Paprikával</b> Energia: 572.55 Kcal / 2,393.26 KJ	<b>Citromos tea Álomsonka krémes Graham kenyér</b> Energia: 567.65 Kcal / 2,372.78 KJ	<b>Tej Fatörzs kifli Margarinnal</b> Energia: 712.13 Kcal / 2,976.70 KJ	<b>Epres tea Zsíros kenyér Lilahagymával</b> Energia: 678.38 Kcal / 2,835.63 KJ	<b>Tej Kalács Margarinnal</b> Energia: 663.97 Kcal / 2,775.39 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		17.74 g	9.06 g	4.44 g	14.12 g	11.69 g	4.34 g	13.50 g	17.37 g	8.09 g	15.79 g	13.30 g	5.70 g	24.20 g	21.00 g	9.38 g	12.40 g	31.18 g	11.45 g	24.35 g	21.12 g	9.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.54 g	39.96 g	1.34 g	90.23 g	34.38 g	1.86 g	89.76 g	24.98 g	0.01 g	95.40 g	29.98 g	2.20 g	106.14 g	21.50 g	1.76 g	86.08 g	19.99 g	0.01 g	93.73 g	8.39 g	1.77 g		
		1,7			1,(6),(7),(10)			1,7			1,7			1,3,7			1			1,3,7		
Tízórai	Felnőtt	<b>Alma</b> Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	<b>Kefir</b> Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ	<b>Banán</b> Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ	<b>Gyümölcs joghurt</b> Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ	<b>Banán</b> Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ	<b>Natúr joghurt</b> Energia: 129.42 Kcal / 540.98 KJ	<b>Alma</b> Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		0.60 g	0.60 g	0.00 g	6.80 g	0.20 g	0.11 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	5.59 g	5.79 g	3.13 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	6.80 g	7.20 g	3.91 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
10.50 g	0.00 g	0.02 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	22.45 g	12.99 g	0.49 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g		
		7			7,(1)			7			7			7			7					
Ebéd	Felnőtt	<b>Magyaros karfiolleves Erdélyi tokány Párolt rizszel</b> Energia: 779.76 Kcal / 3,259.40 KJ	<b>Tavaszi zöldségleves Paradicsomos hűsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérrrel</b> Energia: 952.98 Kcal / 3,983.46 KJ	<b>Zellerkrémleves Pírtott kenyérkockával Csirkepaprikás Galuskával</b> Energia: 1,193.49 Kcal / 4,988.79 KJ	<b>Palóc gulyásleves Félbarna kenyérrrel Sajtos-tejfölös tészta</b> Energia: 1,039.86 Kcal / 4,346.61 KJ	<b>Erdei gyümölcsleves Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Káposztasalátával</b> Energia: 1,370.68 Kcal / 5,729.44 KJ	<b>Alföldi gulyásleves Farsangi fánk</b> Energia: 645.94 Kcal / 2,700.03 KJ	<b>Vajgaluskaleves Gombás sertésszelet Főtt tésztaival</b> Energia: 700.44 Kcal / 2,927.84 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		27.36 g	39.57 g	10.31 g	33.96 g	40.82 g	10.63 g	72.49 g	46.51 g	10.34 g	45.38 g	43.60 g	17.30 g	47.42 g	64.39 g	10.96 g	22.74 g	29.79 g	5.71 g	37.00 g	26.47 g	6.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.70 g	0.01 g	5.28 g	111.16 g	15.00 g	4.32 g	119.16 g	0.00 g	7.22 g	115.04 g	0.01 g	3.50 g	147.33 g	40.96 g	6.95 g	70.77 g	19.60 g	2.32 g	79.12 g	0.02 g	3.60 g		
		1,3,9			1,3,7,9			1,7,9,(3)			1,3,7			1,7,(3),(5),(6),(8),(10)			1,3,7,9					
Uzsonna	Felnőtt	<b>Piskóta kocka</b> Energia: 830.04 Kcal / 3,469.57 KJ	<b>Kockasajt Zsemélével</b> Energia: 423.82 Kcal / 1,771.57 KJ	<b>Nápolyi</b> Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ	<b>Vaníliakrémes rúd</b> Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 KJ	<b>Keksz</b> Energia: 224.47 Kcal / 938.28 KJ	<b>Dörmi</b> Energia: 117.00 Kcal / 489.06 KJ	<b>Piskóta kocka</b> Energia: 830.04 Kcal / 3,469.57 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		15.93 g	21.24 g	3.48 g	17.76 g	13.20 g	7.70 g	3.28 g	14.17 g	4.89 g	23.42 g	52.92 g	20.14 g	4.08 g	5.50 g	1.52 g	1.80 g	4.60 g	0.70 g	15.93 g	21.24 g	3.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
142.81 g	69.93 g	1.16 g	58.00 g	0.00 g	1.52 g	27.06 g	12.49 g	0.12 g	39.32 g	0.00 g	2.76 g	39.40 g	11.40 g	0.48 g	17.00 g	8.80 g	0.25 g	142.81 g	69.93 g	1.16 g		
		1,3,7			1,(3),(5),(7),(8)			1,7,(3),(6),(12)			1,(3),(5),(7),(8)			(8)			1,3,7					
Vacsora	Felnőtt	<b>Citromos tea Orly csirkemell Petrezselymes burgonyával</b> Energia: 995.65 Kcal / 4,161.82 KJ	<b>Cseresznyés tea Füstölt kolbász Főtt burgonyával Paradicsommal</b> Energia: 424.33 Kcal / 1,773.70 KJ	<b>Citromos tea Füstölt főtt sonka Zsemélével Margarinnal Kígyóborkával</b> Energia: 811.36 Kcal / 3,391.48 KJ	<b>Barackos tea Sült bécsi virsli Félbarna kenyérrrel Mustárral</b> Energia: 493.56 Kcal / 2,063.08 KJ	<b>Meggyes tea Bundás kenyér Fokhagymás tejfőllel</b> Energia: 584.64 Kcal / 2,443.80 KJ	<b>Almás-fahéjas tea Turista felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal</b> Energia: 631.98 Kcal / 2,641.68 KJ	<b>Csipkebogyós tea Füstölt kolbász Zsemélével Margarinnal Paradicsommal</b> Energia: 477.63 Kcal / 1,996.49 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		36.12 g	48.27 g	6.42 g	10.01 g	5.71 g	2.00 g	27.26 g	38.72 g	15.62 g	28.99 g	28.15 g	9.66 g	19.22 g	16.71 g	7.78 g	18.10 g	15.33 g	5.79 g	13.16 g	9.91 g	4.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
103.21 g	29.98 g	4.38 g	81.65 g	29.98 g	2.07 g	87.77 g	34.38 g	5.33 g	99.60 g	29.98 g	0.57 g	88.55 g	19.99 g	1.05 g	104.87 g	41.97 g	1.38 g	83.66 g	24.98 g	0.81 g		
		1,3,(7)			1,(7)			1,10,(12)			1,3,7			1,(7)			1,(7)					

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,laktóz	10-mustár	13-csillagfűrt
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer
				16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**Eatrend Danubia Kft.**  
 2130 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos rendelés: 1773408-5-13  
 Adószám: 26275932-113  
 Elérhetőség: 113