


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcso	Tej Sajtkrém Rozskenyér Paradicsommal			Tej Fatörzs kifli			Tej Sült zöldségskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprikával			Kakaó Kalács			Tej Magyaros vajkrém Rozskenyér Paradicsommal		
		Energia: 355.07 Kcal / 1,484.19 Kj			Energia: 386.54 Kcal / 1,615.74 Kj			Energia: 271.65 Kcal / 1,135.50 Kj			Energia: 364.83 Kcal / 1,524.99 Kj			Energia: 303.88 Kcal / 1,270.22 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.16 g	14.42 g	12.15 g	13.80 g	11.85 g	5.61 g	11.26 g	11.22 g	5.50 g	12.36 g	10.53 g	4.89 g	11.54 g	14.36 g	9.93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.74 g	0.00 g	1.17 g	55.72 g	10.75 g	0.85 g	31.12 g	0.01 g	0.40 g	54.87 g	12.19 g	0.80 g	31.76 g	0.00 g	0.70 g		
1,7			1,3,7			1,7,9			1,3,7			1,7				
Tízórai	Bölcso	Alma			Banán			Mandarin			Alma			Mandarin		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 Kj			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 Kj			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 Kj			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 Kj			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g		
Ebéd	Bölcso	Tavaszi zöldséglevés Darált húsos rakott burgonya tojással			Gyümölcsle Tökfőzelék Daráltlenmagos fasírttal			Húsgaluskaleves Meggys-Máros piskóta, Vanília sodóval			Gyümölcsle Zöldborsó főzelék Pírtott májjal			Csurgatott tojásleves Csöben sült sárgaréppával Roston sült zöldfűszeres csirkemellel		
		Energia: 425.02 Kcal / 1,776.58 Kj			Energia: 326.97 Kcal / 1,366.73 Kj			Energia: 455.16 Kcal / 1,902.57 Kj			Energia: 297.96 Kcal / 1,245.47 Kj			Energia: 289.01 Kcal / 1,208.06 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.29 g	20.01 g	7.25 g	13.54 g	16.07 g	3.51 g	14.34 g	18.26 g	4.01 g	21.31 g	12.70 g	2.52 g	19.78 g	14.66 g	3.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.03 g	0.01 g	0.29 g	31.25 g	8.69 g	0.50 g	57.84 g	12.10 g	0.78 g	24.76 g	4.20 g	0.25 g	19.08 g	0.18 g	3.46 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9			1,7			1,3,7,9,(10)				
Uzsonna	Bölcso	Citromos tea Poharas vanília puding Kölesgolyóval			Meggys tea Kenőmájjas Zsemle Kígyóborkával			Epres tea Szendvics sonka Kifli Margarinnal			Tej Sült húskrém Félbarna kenyér Salátalevéllal			Kifli Actimel joghurttal		
		Energia: 42.31 Kcal / 176.86 Kj			Energia: 212.29 Kcal / 887.37 Kj			Energia: 166.80 Kcal / 697.22 Kj			Energia: 342.26 Kcal / 1,430.65 Kj			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.91 g	0.23 g	0.04 g	7.02 g	4.45 g	1.83 g	7.16 g	2.50 g	1.08 g	15.07 g	12.30 g	5.79 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
9.81 g	5.04 g	0.00 g	35.75 g	7.75 g	0.24 g	28.86 g	5.00 g	0.82 g	42.42 g	0.00 g	0.36 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g		
			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7,10,(12)			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	3-tojás	5-földimogyoró	7-tejtermék,laktóz	9-zeller	11-szezám	13-csillagfürt	15-mesterséges édesítőszer
2-rajk	4-hal	6-szója	8-diófélék	10-mustár	12-kelesztőanyagok	14-puhatestűek	16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 85.
 Csoportos rendelések: 17783408-4-13
 Adószám: 14993960-4-13

Élelmezésvezető

2025.01.21. 10:00:35 | QB - Élelem