

Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.23.

eatrend		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap												
Reggeli		Barackos tea Tojás rántotta Félbarna kenyérral	Citromos tea Zsíros kenyér Lilahagymával	Erdei gyümölcsös tea Zsíros kenyér Teljes kiőrlésű kenyér	Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Rozskenyér Kígyóborkával	Karamellás tej Kívível	Barackos tea Fokhagymás felvágottas Margarinos Kífi Paprikával	Gyümölcs tea Zala felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal												
		Energia: 699.77 Kcal / 2,925.04 KJ		Energia: 719.30 Kcal / 3,006.67 KJ		Energia: 485.99 Kcal / 2,031.44 KJ		Energia: 549.88 Kcal / 2,298.50 KJ		Energia: 464.53 Kcal / 1,941.74 KJ		Energia: 519.95 Kcal / 2,173.39 KJ		Energia: 516.83 Kcal / 2,160.35 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		28.48 g	23.13 g	4.93 g	12.53 g	31.20 g	11.45 g	12.37 g	16.84 g	3.81 g	14.89 g	14.90 g	4.79 g	17.72 g	5.06 g	2.64 g	14.06 g	17.12 g	6.58 g	17.75 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
93.48 g	29.98 g	2.39 g	96.07 g	29.98 g	0.01 g	70.49 g	51.96 g	1.44 g	88.59 g	34.93 g	0.45 g	86.48 g	24.98 g	1.22 g	77.07 g	29.98 g	2.62 g	84.82 g	19.99 g	0.93 g
1,3			1			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7			1,(7)			1,(7)		
Tízórai	Felnőtt	Alma	Körte	Narancs	Alma	Körte	Körte	Mandarin												
		Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ		Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ		Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ		Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ		Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ		Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ		Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	0.60 g	0.20 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	0.70 g	0.30 g	0.00 g	
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	18.00 g	0.00 g	0.01 g	8.50 g	0.00 g	0.01 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	18.00 g	0.00 g	0.01 g	18.00 g	0.00 g	0.01 g	9.80 g	0.00 g	0.00 g
Ebéd	Felnőtt	Magyaros gombaleves Fasírt Kapros-tejfölös tökfőzelékkel Félbarna kenyérral	Grízgaluska leves Sajtos zöldborsós sertésragu Párolt rizsszel	Fejtett bableves Mákos piskóta Vanília sodóval	Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral	Zselici húsos leves Burgonyás tészta Céklasalátával	Csirke gulyásleves Sajtos pogácsa Alma	Zöldborsóleves Sült csirkecomb Tört burgonyával Házi káposztasalátával												
		Energia: 941.30 Kcal / 3,934.63 KJ		Energia: 929.51 Kcal / 3,885.35 KJ		Energia: 1,362.57 Kcal / 5,695.54 KJ		Energia: 955.30 Kcal / 3,993.15 KJ		Energia: 761.85 Kcal / 3,184.53 KJ		Energia: 664.20 Kcal / 2,776.36 KJ		Energia: 939.75 Kcal / 3,928.16 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		34.62 g	44.07 g	12.15 g	29.69 g	45.83 g	1.38 g	31.67 g	44.55 g	2.97 g	42.46 g	41.53 g	9.38 g	33.22 g	22.53 g	3.27 g	18.62 g	34.32 g	8.36 g	63.67 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
100.89 g	7.49 g	2.21 g	98.57 g	0.03 g	3.61 g	206.95 g	4.01 g	2.42 g	101.77 g	0.00 g	8.06 g	105.09 g	8.01 g	5.92 g	68.57 g	0.02 g	1.83 g	87.19 g	15.29 g	9.19 g
1,3,7			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,9,(7),(10)		
Uzsonna	Felnőtt	Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóborkával	Helyben sült meggyes táska	Olasz felvágottas Margarinos Kífi	Helyben sült gesztenyés rúd	Baromfi-párizsis Margarinos Korpás kenyér	Gyümölcs joghurt	Kockasajt Kívível												
		Energia: 402.17 Kcal / 1,681.07 KJ		Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ		Energia: 387.08 Kcal / 1,617.99 KJ		Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ		Energia: 378.01 Kcal / 1,580.08 KJ		Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ		Energia: 369.18 Kcal / 1,543.17 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		13.65 g	11.60 g	4.38 g	7.56 g	36.54 g	9.74 g	13.00 g	16.88 g	6.58 g	2.80 g	9.30 g	0.00 g	12.64 g	12.00 g	4.55 g	5.59 g	5.79 g	3.13 g	15.68 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.32 g	4.95 g	1.86 g	79.96 g	36.32 g	1.34 g	45.72 g	0.00 g	2.62 g	51.10 g	0.00 g	0.00 g	54.80 g	0.00 g	2.43 g	22.45 g	12.99 g	0.49 g	46.60 g	0.00 g	2.22 g
1,(6),(7),(10)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			6,(5),(8)			1,(7)			7,(1)					1,7
Vacsora	Felnőtt	Gyümölcstea Tarhonyás lecsó virslivel	Gyümölcstea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel	Gyümölcstea Sertés párizsis Margarinos Korpás kenyér Paradicsommal	Gyümölcstea Májusi csemegés Sajtkrém Félbarna kenyér Paprikával	Gyümölcstea Sült debreceni Mustárral Félbarna kenyérral	Gyümölcstea Turista felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Paprikával	Gyümölcs tea Margarinos Félbarna kenyérral Kígyóborkával												
		Energia: 525.22 Kcal / 2,195.42 KJ		Energia: 675.57 Kcal / 2,823.88 KJ		Energia: 468.36 Kcal / 1,957.74 KJ		Energia: 625.48 Kcal / 2,614.51 KJ		Energia: 788.06 Kcal / 3,294.09 KJ		Energia: 493.41 Kcal / 2,062.45 KJ		Energia: 580.59 Kcal / 2,426.87 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		23.80 g	30.26 g	7.41 g	26.24 g	23.50 g	3.33 g	13.17 g	12.11 g	4.57 g	18.77 g	22.62 g	11.72 g	33.16 g	32.49 g	12.08 g	15.47 g	10.41 g	5.79 g	23.42 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.83 g	19.99 g	3.00 g	88.86 g	19.99 g	3.31 g	76.40 g	19.99 g	2.44 g	85.86 g	19.99 g	1.21 g	89.72 g	19.99 g	3.93 g	84.17 g	19.99 g	1.38 g	84.17 g	24.94 g	0.93 g
1,3			1,3,7			1,(7)			1,7			1,10,(6),(12)			1,(7)			1,7		

esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

ősege: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermék,laktóz | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Céginformációszám: 17734008-5-13
Adószám: 14993560-4-13

Élelmézszevető