



Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Reggeli	Felnőtt	Epres tej, Fatörzs kifli			Barackos tea, Sült paprikakrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea, Füstölt lencsekrémes Félbarna kenyér			Ivólé, Főtt tojáskarikák Margarinos Rozskenyérrel Salátalevéllel			Tej, Mogyorókrémes Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea, Sült hagymakrémes Korpás kenyér			Kakaó, Fonott kalács		
		Energia: 768.05 Kcal / 3,210.45 KJ			Energia: 403.96 Kcal / 1,688.55 KJ			Energia: 566.82 Kcal / 2,369.31 KJ			Energia: 431.01 Kcal / 1,801.62 KJ			Energia: 670.17 Kcal / 2,801.31 KJ			Energia: 460.09 Kcal / 1,923.18 KJ			Energia: 690.18 Kcal / 2,884.95 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.21 g	17.00 g	7.58 g	7.16 g	14.86 g	0.04 g	14.13 g	13.42 g	7.50 g	17.79 g	10.98 g	12.08 g	24.56 g	18.10 g	3.00 g	9.14 g	16.10 g	3.72 g	24.63 g	17.15 g	7.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
128.65 g	41.53 g	1.64 g	59.78 g	29.98 g	0.58 g	96.73 g	30.26 g	1.39 g	64.75 g	4.32 g	1.66 g	101.46 g	14.40 g	0.40 g	68.95 g	51.96 g	2.67 g	108.73 g	23.38 g	1.65 g		
		1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7			1,3,7		
Tízórai	Felnőtt	Alma			Banán			Alma			Mandarin			Banán			Alma			Narancs		
		Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 41.41 Kcal / 173.09 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.60 g	0.60 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.70 g	0.30 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.20 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	36.30 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	9.80 g	0.00 g	0.00 g	36.30 g	0.00 g	0.00 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	8.50 g	0.00 g	0.00 g		
Ebéd	Felnőtt	Tojásleves, Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizsszel			Vajguskaleves, Cukkini tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérrrel			Korhelyeves kolbásszal Félbarna kenyérrrel, Daralfőjt Kakaó szórattal, Mandarin			Paradicsomleves Betűtésztaival, Rántott hal szezámmagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyeletes, Eatrend dinóburger			Magyaros karfiolleves, Pásztorbulgúr Vegyesvágottal			Erőleves, Sertéspaprikás Orsó tésztaival Cékklasalátával		
		Energia: 971.56 Kcal / 4,061.12 KJ			Energia: 419.04 Kcal / 1,751.59 KJ			Energia: 1,095.92 Kcal / 4,580.95 KJ			Energia: 1,033.94 Kcal / 4,321.87 KJ			Energia: 974.66 Kcal / 4,074.08 KJ			Energia: 775.06 Kcal / 3,239.75 KJ			Energia: 1,018.45 Kcal / 4,257.12 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38.46 g	48.85 g	1.11 g	20.31 g	38.66 g	6.26 g	32.44 g	28.00 g	5.21 g	33.56 g	28.32 g	2.54 g	24.07 g	44.20 g	2.25 g	32.41 g	33.55 g	1.78 g	36.31 g	58.40 g	18.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.81 g	0.00 g	1.98 g	54.35 g	0.02 g	4.74 g	176.70 g	58.44 g	3.45 g	158.02 g	39.96 g	5.70 g	115.84 g	0.00 g	0.10 g	88.81 g	15.99 g	2.65 g	85.27 g	7.99 g	11.88 g		
		1,7,9,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,(12)			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)			1,3,7,9,15,(12)		
Uzsonna	Felnőtt	Zala felvágott Margarinos Rozskenyérrel, Paprikával			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Kenőmájás Korpás kifli Kigyóuborkával			Sajtkrémes Kifli			Gyümölcsjoghurt Kiflivel			Helyben sült sajtkrémes rúd			Tejszelet		
		Energia: 432.87 Kcal / 1,809.40 KJ			Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 KJ			Energia: 395.52 Kcal / 1,653.27 KJ			Energia: 369.88 Kcal / 1,546.10 KJ			Energia: 384.67 Kcal / 1,607.92 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 87.94 Kcal / 367.59 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.06 g	12.66 g	13.17 g	23.42 g	52.92 g	20.14 g	16.40 g	12.41 g	4.48 g	9.72 g	15.96 g	9.36 g	13.11 g	6.35 g	3.33 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	2.05 g	5.35 g	2.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.54 g	0.00 g	2.32 g	39.32 g	0.00 g	2.76 g	54.07 g	4.40 g	1.58 g	46.40 g	0.00 g	1.29 g	68.05 g	12.99 g	1.31 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	7.80 g	5.93 g	0.09 g		
		1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(6),(7),(10)			1,7			1,7			1,7			1,3,7		
Vacsora	Felnőtt	Citromos tea, Füstölt főtt tarja Margarinos Félbarna kenyérrrel Paradicsommal			Barackos tea, Burgonyás tészta Csemege uborkával			Meggyes tea, Bácskai rizseshús Cékklasalátával			Málnás tea, Bécsi felvágott Margarinos Félbarna kenyérrrel Kigyóuborkával			Citromos tea, Zala felvágott Margarinos Rozskenyérrel Paprikával			Barackos tea, Baromfi párizsi Margarinos Kiflivel Paradicsommal			Meggyes tea, Császárszalonna Margarinos Félbarna kenyérrrel Lilahagymával		
		Energia: 854.12 Kcal / 3,570.22 KJ			Energia: 645.45 Kcal / 2,697.98 KJ			Energia: 919.86 Kcal / 3,845.01 KJ			Energia: 606.09 Kcal / 2,533.46 KJ			Energia: 535.30 Kcal / 2,237.55 KJ			Energia: 469.72 Kcal / 1,963.43 KJ			Energia: 859.65 Kcal / 3,593.34 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.88 g	39.31 g	2.18 g	16.85 g	13.30 g	1.19 g	27.90 g	33.77 g	10.48 g	17.90 g	17.61 g	7.04 g	18.32 g	12.71 g	13.17 g	12.94 g	11.97 g	4.77 g	29.70 g	39.22 g	2.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.46 g	29.98 g	0.13 g	113.11 g	29.98 g	4.49 g	124.48 g	37.97 g	1.73 g	93.55 g	24.39 g	1.81 g	86.54 g	24.98 g	2.32 g	77.27 g	29.98 g	1.86 g	96.17 g	29.98 g	0.13 g		
		1,(7)			1,3,15,(12)			15,(12)			1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(7)		



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

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 85.
Csoportos adószám: 17783408-5-18
Adószám: 14503590-4-13
27

Élelmezésvezető