



Heti étlap 2024.12.23. - 2024.12.29.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Reggeli	Felnőtt	Vad meggyes tea Póréhagymás sajtkrém Kifli			Citromos tea Vajas Félbarna kenyér Főtt tojással			Tej Márványos kalács			Barackos tea Tepertő Félbarna Kenyér Lilahagymával			Almás-fahéjas tea Toast felvágottas Margarinos Rozskenyér Paradicsommal			Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel			Almás-fahéjas tea Magyaros vajkrém Rozskenyér Kigyóuborkával		
		Energia: 492.53 Kcal / 2,058.78 KJ			Energia: 565.01 Kcal / 2,361.74 KJ			Energia: 468.03 Kcal / 1,956.37 KJ			Energia: 1,251.25 Kcal / 5,230.23 KJ			Energia: 575.23 Kcal / 2,404.46 KJ			Energia: 557.84 Kcal / 2,331.77 KJ			Energia: 637.07 Kcal / 2,662.95 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
		9.89 g	16.00 g	6.38 g	22.82 g	10.85 g	2.84 g	19.63 g	12.91 g	5.90 g	24.86 g	84.54 g	0.36 g	21.66 g	6.85 g	11.83 g	18.88 g	15.46 g	8.57 g	18.88 g	15.46 g	8.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.51 g	19.99 g	1.14 g	93.23 g	29.98 g	0.28 g	67.77 g	5.59 g	1.23 g	96.08 g	29.98 g	0.01 g	106.27 g	19.99 g	1.98 g	85.40 g	29.98 g	2.32 g	103.44 g	24.39 g	1.42 g		
1,7			1,3			1,3,7			1			1,(7)			1,7			1,7				
Tízórai	Felnőtt	Banán			Mandarin			Alma			Narancs			Alma			Körte befőtt			Gyümölcs joghurt		
		Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 96.71 Kcal / 404.25 KJ			Energia: 166.11 Kcal / 694.34 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
		1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.70 g	0.30 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.60 g	0.20 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.30 g	0.00 g	0.00 g	5.59 g	5.79 g	3.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.30 g	0.00 g	0.00 g	9.80 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	10.50 g	0.00 g	0.02 g	23.70 g	0.00 g	0.00 g	22.45 g	12.99 g	0.49 g		
1,7			1,3			1,3,7			1			1,(7)			1,7			7,(1)				
Ebéd	Felnőtt	Csontleves Lecsós sertésragu Orsó tézta			Halászlé Túrós csusza Szalonnapörccel Mandarin			Téli varázs gyümölcsleves Sült oldalas Hagymás tört burgonya Párolt lilakáposzta			Újházi tyúkhúsleves Töltött káposzta Tejföl Félbarna kenyér			Reszelt tésztaleves Sült hurka/Sült kolbász Tepsis burgonya Vegyes vágott			Sertésraguleves Ízes derelye Porcukor szóráttal			Gyümölcsleves Párizsi sertésszelet Kukoricás rizs		
		Energia: 993.21 Kcal / 4,151.62 KJ			Energia: 1,021.32 Kcal / 4,269.12 KJ			Energia: 1,520.31 Kcal / 6,354.90 KJ			Energia: 1,108.92 Kcal / 4,635.29 KJ			Energia: 1,754.30 Kcal / 7,332.97 KJ			Energia: 527.02 Kcal / 2,202.94 KJ			Energia: 1,160.38 Kcal / 4,850.39 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		40.08 g	52.91 g	20.08 g	35.08 g	57.96 g	0.00 g	35.93 g	103.07 g	28.97 g	63.86 g	61.43 g	11.44 g	80.83 g	108.95 g	33.21 g	15.69 g	27.96 g	3.22 g	34.71 g	54.89 g	9.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.99 g	0.04 g	6.00 g	88.10 g	0.00 g	0.00 g	113.22 g	35.90 g	8.10 g	75.71 g	0.05 g	8.14 g	109.89 g	0.00 g	10.37 g	47.98 g	10.04 g	3.71 g	134.17 g	25.97 g	2.82 g		
1,3,9			1,3,4,7			1,7,(10)			1,7,9,(12)			1,3,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,7				
Uzsonna	Felnőtt	Helyben sült baracklekváros háromszög			Olasz felvágottas Margarinos Korpás kenyér Kigyóuborkával			Györi édes keksz			Pudingi			Kockasajt Kifli			Túró Rudi			Alma		
		Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ			Energia: 431.93 Kcal / 1,805.47 KJ			Energia: 224.47 Kcal / 938.28 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 369.18 Kcal / 1,543.17 KJ			Energia: 68.56 Kcal / 286.58 KJ			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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.56 g	36.54 g	0.00 g	13.81 g	17.09 g	6.68 g	4.08 g	5.50 g	0.61 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	15.88 g	13.06 g	7.64 g	3.93 g	3.20 g	1.72 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
79.96 g	0.00 g	0.00 g	55.61 g	4.40 g	3.21 g	39.40 g	4.56 g	0.19 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	46.60 g	0.00 g	2.22 g	5.80 g	3.00 g	0.01 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(3),(5),(7),(8)			1,7			1,7			7,(1)							
Vacsora	Felnőtt	Barackos tea Soproni felvágottas Margarinos Rozs kenyér Paprikával			Citromos tea Orosz hússaláta Mákos,diós beigli			Cseresznyés tea Turista felvágottas Margarinos Félbarna kenyér			Almás-fahéjas tea Fokhagymás felvágottas Margarinos Korpás kenyér Kigyóuborkával			Citromos tea Lönchűsös Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal			Citromos tea Kenőmájás Félbarna kenyér Lilahagymával			Cspikebogyó tea Disznósajt Félbarna kenyér Lilahagymával		
		Energia: 559.51 Kcal / 2,338.75 KJ			Energia: 1,603.69 Kcal / 6,703.42 KJ			Energia: 583.54 Kcal / 2,439.20 KJ			Energia: 602.88 Kcal / 2,520.04 KJ			Energia: 581.21 Kcal / 2,429.46 KJ			Energia: 587.46 Kcal / 2,455.58 KJ			Energia: 743.62 Kcal / 3,108.33 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
		14.42 g	17.28 g	6.38 g	55.47 g	67.27 g	7.67 g	18.10 g	15.33 g	5.79 g	14.07 g	17.14 g	6.68 g	17.94 g	14.13 g	2.18 g	17.82 g	12.12 g	4.40 g	27.00 g	29.59 g	8.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86.19 g	29.98 g	3.20 g	191.87 g	39.97 g	1.30 g	92.87 g	19.99 g	1.38 g	97.60 g	24.39 g	3.21 g	95.15 g	29.98 g	0.13 g	100.90 g	29.98 g	0.46 g	91.28 g	24.98 g	3.51 g		
1,(7)			1,3,7,10,15,(6),(8),(11),(1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(6),(7),(10)			1				



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

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	

Heti étlap 2024.12.23. - 2024.12.29.

Jó étvágyat kívánunk!

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

Élelmezésvezető