


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Karamellás tej Mini mézes Margarinos Kifli			Citromos tea Paprikás szalámis Kifli Zöldfűszeres vajkrémrel Kigyóuborkával			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrém Teljes kiőrlésű kenyér Gesztenyész rúd			Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Rozskenyér Kigyóuborkával Zabrudai			Vaníliás tejtál Szendvics sonkás Kifli Natúr vajkrémrel		
		Energia: 629.99 Kcal / 2,633.36 KJ			Energia: 597.11 Kcal / 2,495.92 KJ			Energia: 636.71 Kcal / 2,661.45 KJ			Energia: 573.23 Kcal / 2,396.10 KJ			Energia: 487.49 Kcal / 2,037.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.88 g	9.06 g	4.44 g	13.15 g	25.82 g	11.49 g	13.77 g	21.49 g	8.08 g	15.64 g	15.55 g	14.23 g	20.50 g	17.81 g	8.84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
118.88 g	57.38 g	1.34 g	77.22 g	30.17 g	1.64 g	96.04 g	29.55 g	0.72 g	92.20 g	30.17 g	1.85 g	60.20 g	11.00 g	1.84 g		
1,7			1,7			1,6,7,(5),(8)			1,3,7,10,(12)			1,7				
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves	Magyaros gombaleves Kapos-tejfőlés tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Grízgaluska leves Sajtos zöldborsós sertésragu Párolt rizszel			Fejtett bableves Mákos piskóta Vanília sodóval			Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			Zselici húsosleves Burgonyás tészta Céklasalátával		
		Energia: 903.34 Kcal / 3,775.96 KJ			Energia: 928.59 Kcal / 3,881.51 KJ			Energia: 1,339.16 Kcal / 5,597.69 KJ			Energia: 966.90 Kcal / 4,041.64 KJ			Energia: 720.95 Kcal / 3,013.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		33.85 g	42.33 g	11.07 g	29.67 g	45.83 g	15.28 g	31.57 g	44.52 g	8.07 g	43.01 g	41.63 g	9.47 g	31.33 g	18.61 g	3.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.18 g	15.01 g	2.81 g	98.37 g	0.03 g	5.20 g	201.27 g	78.93 g	3.24 g	103.87 g	0.00 g	7.54 g	105.63 g	13.91 g	4.72 g		
1,3,7			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(12)				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Májusi csemegés Félbarna kenyér Natúr sajtkrémrel Paprikával			Csipkebogyós tea Sült debreceni Mustárral Félbarna kenyérral			Cseresznyés tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal			Citromos tea Hamburger					
		Energia: 747.46 Kcal / 3,124.38 KJ			Energia: 808.90 Kcal / 3,381.20 KJ			Energia: 509.28 Kcal / 2,128.79 KJ			Energia: 618.66 Kcal / 2,586.00 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		19.16 g	22.69 g	11.72 g	33.29 g	32.51 g	10.94 g	13.30 g	12.13 g	4.57 g	21.83 g	15.00 g	5.78 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
114.07 g	48.07 g	1.21 g	94.72 g	24.98 g	3.72 g	86.39 g	29.98 g	2.44 g	97.05 g	37.91 g	3.71 g					
1,7			1,10,(6),(12)			1,(7)			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)							

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 | 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.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 27.