


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Tej Mézes Margarinos Kifli Sajtkrémés rúd			Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvárászkrem Rozskenyérrrel Gesztenyés rúd			Citromos tea Diákzsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával Müzliszélet			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Sajt szeletes Korpás zsemle Margarinnal Salátalevéellel			Barackos tea Tojásrántotta Korpás kenyérrrel Kígyóborkával		
		Energia: 472.64 Kcal / 1,975.64 KJ			Energia: 492.86 Kcal / 2,060.15 KJ			Energia: 585.34 Kcal / 2,446.72 KJ			Energia: 625.72 Kcal / 2,615.51 KJ			Energia: 596.49 Kcal / 2,493.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.13 g	10.62 g	7.65 g	15.73 g	20.22 g	9.04 g	15.49 g	11.68 g	4.97 g	24.37 g	21.26 g	11.03 g	24.64 g	22.62 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
116.43 g	24.30 g	2.97 g	98.66 g	12.00 g	1.40 g	104.15 g	32.98 g	0.90 g	83.76 g	24.98 g	2.68 g	72.81 g	20.99 g	3.80 g		
1,7			1,6,7,(5),(8)			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			1,7			1,3				
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajtszórattal			Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel			Zselici húsos leves Félbarna kenyérrrel Lekváros bukta Alma			Francia hagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Mediterrán sertésragu Spanyol rizzsel			Csontleves Cémmetétellel Paradicsomos, húsgombóc Félbarna kenyérrrel		
		Energia: 778.70 Kcal / 3,254.97 KJ			Energia: 1,051.49 Kcal / 4,395.23 KJ			Energia: 920.28 Kcal / 3,846.77 KJ			Energia: 823.43 Kcal / 3,441.94 KJ			Energia: 784.34 Kcal / 3,278.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		45.56 g	33.23 g	11.80 g	36.14 g	49.85 g	13.19 g	33.35 g	19.64 g	5.04 g	25.33 g	38.66 g	1.34 g	28.45 g	33.43 g	8.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.15 g	0.02 g	6.96 g	112.23 g	0.00 g	2.28 g	151.35 g	33.22 g	1.78 g	92.61 g	0.00 g	0.83 g	91.51 g	15.03 g	5.75 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,3,7,9,(12)			1,7,9,(10)			1,3,9				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Citromos tea Soproni felvágottas Korpás kenyér Natúr vajkrémmel Kígyóborkával			Almás-fahéjas tea Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Natúr sajtkrémmel Paprikával			Cseresznyés tea Hamburger Sült burgonyával			Barackos tea Olasz felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Paradicsommal					
		Energia: 671.76 Kcal / 2,807.96 KJ			Energia: 807.99 Kcal / 3,377.40 KJ			Energia: 1,105.26 Kcal / 4,619.99 KJ			Energia: 572.99 Kcal / 2,395.10 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		15.07 g	29.14 g	12.61 g	20.50 g	29.16 g	14.10 g	28.01 g	39.03 g	10.13 g	15.54 g	17.15 g	6.66 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
86.40 g	34.38 g	3.10 g	113.24 g	48.07 g	2.15 g	157.88 g	31.39 g	3.91 g	88.71 g	29.98 g	2.83 g					
1,7			1,7			1,3,7,10,11,(6),(8),(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 | 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.