

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

eatrend		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00725) Eger Iskolás 7-10	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal Csirkemellsonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kigyóborkával	Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvazárskrém Rozskenyér Gesztenyés rúd	Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával	Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Sajtszeletes Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal	Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kigyóborkával Gyümölcsös joghurt
		Energia: 533.67 Kcal / 2,230.74 KJ	Energia: 271.24 Kcal / 1,133.78 KJ	Energia: 522.14 Kcal / 2,182.55 KJ	Energia: 265.63 Kcal / 1,110.33 KJ	Energia: 390.05 Kcal / 1,630.41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		22.39 g 8.80 g 4.23 g	8.63 g 12.45 g 8.72 g	13.67 g 16.62 g 6.27 g	6.27 g 5.33 g 2.00 g	13.36 g 7.82 g 4.40 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
91.00 g 20.05 g 0.83 g	68.11 g 28.58 g 1.01 g	78.99 g 20.58 g 1.18 g	47.91 g 19.99 g 1.13 g	65.78 g 30.03 g 1.32 g		
1,7	1,6,7,(5),(8)	1,3,7,10,(12)	1,(7)	1,7		
Tízórai	(00725) Eger Iskolás 7-10	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal	Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvazárskrém Rozskenyér	Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal	Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kigyóborkával
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ	Energia: 271.24 Kcal / 1,133.78 KJ	Energia: 317.85 Kcal / 1,328.61 KJ	Energia: 265.63 Kcal / 1,110.33 KJ	Energia: 260.32 Kcal / 1,088.14 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		12.76 g 5.60 g 2.71 g	7.23 g 7.80 g 7.80 g	6.27 g 10.38 g 3.88 g	6.27 g 5.33 g 2.00 g	7.94 g 2.06 g 1.27 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
58.18 g 16.20 g 0.33 g	42.56 g 12.00 g 0.96 g	49.39 g 20.58 g 0.59 g	47.91 g 19.99 g 1.13 g	52.13 g 25.83 g 0.83 g		
1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,(7)	1,7		
Ebéd	(00725) Eger Iskolás 7-10	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajttal	Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral	Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal Alma	Francia hagymakrémleves Pirított kenyérkockával Mediterrán sertésragu Spanyol rizsszel	Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húscomb Félbarna kenyérral
		Energia: 564.02 Kcal / 2,357.60 KJ	Energia: 661.44 Kcal / 2,764.82 KJ	Energia: 584.04 Kcal / 2,441.29 KJ	Energia: 620.08 Kcal / 2,591.93 KJ	Energia: 577.53 Kcal / 2,414.08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		32.22 g 21.43 g 7.65 g	22.66 g 29.45 g 7.69 g	23.51 g 8.48 g 3.25 g	18.68 g 26.55 g 6.75 g	20.83 g 24.39 g 6.32 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
60.32 g 0.02 g 4.77 g	74.90 g 0.00 g 1.55 g	102.85 g 38.67 g 1.08 g	75.90 g 0.09 g 1.16 g	68.03 g 15.01 g 2.80 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)	1,3,7	1,7,9	1,7,9,(10)	1,3,9		
Uzsonna	(00725) Eger Iskolás 7-10	Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával	Meggyes táska	Sertés párizsis Zsemle Margarinnal	Sajtkrém rúd Mandarin	Kifli Pudinggal
		Energia: 234.88 Kcal / 981.80 KJ	Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ	Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ	Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		8.06 g 9.33 g 3.45 g	3.78 g 18.27 g 4.87 g	7.08 g 5.99 g 2.41 g	7.99 g 2.31 g 3.61 g	3.76 g 0.28 g 0.10 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
29.60 g 0.00 g 1.17 g	39.98 g 18.16 g 0.67 g	28.54 g 0.00 g 0.58 g	33.28 g 0.00 g 1.69 g	22.80 g 0.00 g 0.41 g		
1,(7)	1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	1,7	1,(7)		
Vacsora	(00725) Eger Iskolás 7-10	Citromos tea Édes-savanyú sertésragu Párolt rizsszel	Almás-fahéjas tea Sajtos-tejfőlés tészta	Cseresznyés tea Rakott karfiol rizsszel	Barackos tea Sült csirkemcomb Burgonyapürével Csemege uborkával	
		Energia: 663.06 Kcal / 2,771.59 KJ	Energia: 554.44 Kcal / 2,317.56 KJ	Energia: 607.98 Kcal / 2,541.36 KJ	Energia: 731.76 Kcal / 3,058.76 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		17.03 g 27.72 g 6.63 g	19.37 g 18.46 g 8.23 g	21.42 g 28.80 g 8.63 g	30.30 g 29.42 g 9.15 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
85.43 g 26.72 g 1.15 g	76.95 g 24.98 g 1.05 g	64.96 g 19.99 g 0.67 g	86.59 g 22.68 g 3.20 g			
1,(7)	1,3,7	1,7	1,7,(6)			

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-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
273 Albertira, Peati út 65.
Csoportos adózás: 17783408-15-13
Adószám: 18835504-15
20.