


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Közéiskola 15-18 év A menü	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal Csirkemellsonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvazárkrémes Rozskenyér Gesztenyés rúd			Citromos tea Padlizsánkrémes Tejles kiörlésű kenyér Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Sajt szeletes Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Tea barackos Körözöttes Korpás zsemle Kígyóborkával Gyümölcsös joghurt		
		Energia: 540.10 Kcal / 2,257.62 KJ			Energia: 271.22 Kcal / 1,133.70 KJ			Energia: 687.50 Kcal / 2,873.75 KJ			Energia: 469.57 Kcal / 1,962.80 KJ			Energia: 570.49 Kcal / 2,384.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.94 g	9.53 g	4.55 g	8.63 g	12.45 g	8.72 g	18.44 g	16.07 g	5.85 g	12.37 g	10.64 g	4.00 g	20.78 g	9.80 g	5.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89.38 g	14.62 g	0.87 g	68.11 g	28.58 g	1.01 g	116.51 g	30.38 g	0.86 g	80.80 g	24.98 g	2.26 g	98.77 g	34.53 g	2.04 g		
1,7			1,6,7,(5),(8)			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7				
Ebéd	Közéiskola 15-18 év A menü	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajttal			Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szóráttal Alma			Francia hagymakrémeles Píritott kenyérkockával Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérnametélttel Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral		
		Energia: 778.70 Kcal / 3,254.97 KJ			Energia: 1,051.49 Kcal / 4,395.23 KJ			Energia: 883.11 Kcal / 3,691.40 KJ			Energia: 934.25 Kcal / 3,905.17 KJ			Energia: 901.55 Kcal / 3,768.48 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	33.78 g	11.17 g	4.37 g	27.98 g	45.67 g	12.96 g	31.58 g	33.68 g	8.61 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	161.43 g	71.45 g	1.91 g	102.38 g	0.12 g	3.52 g	116.51 g	15.03 g	5.76 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9				
Vacsora	Közéiskola 15-18 év A menü	Citromos tea Édes-savanyú sertésragu Párolt rizszel			Almás-fahéjas tea Sajtv-tejfölös Tészta			Cseresznyés tea Rakott karfiol rizszel			Barackos tea Sült csirkecomb Burgonyapürével Csemege uborkával					
		Energia: 955.48 Kcal / 3,993.91 KJ			Energia: 786.38 Kcal / 3,287.07 KJ			Energia: 1,105.26 Kcal / 4,619.99 KJ			Energia: 1,179.82 Kcal / 4,931.65 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		25.92 g	43.01 g	10.68 g	21.67 g	24.41 g	11.62 g	28.01 g	39.03 g	9.15 g	50.12 g	43.59 g	13.57 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
114.74 g	41.24 g	3.21 g	117.85 g	48.47 g	2.73 g	157.88 g	41.38 g	5.82 g	147.11 g	30.98 g	4.74 g					
1,7						1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			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.
2730 Albertirsa, Peati út 65.
Csoportos rendelésszám: 17783408-13
Adószám: 14894569-4-18
20.