


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	(727) Középiskolás 15-18 éves	Citromos tea Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Tejszelet			Tej Kifli Álom sonkás Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Meggyes tea Sült hagymakrém Félbarna kenyér Sajtos rúd			Kakaó Kalács Sajt szeletes Félbarna kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrém Rozskenyér Jégcsapretekkel Turista felvágottas Zsemle Margarinnal		
		Energia: 637.09 Kcal / 2,663.04 KJ			Energia: 403.49 Kcal / 1,686.59 KJ			Energia: 432.74 Kcal / 1,808.85 KJ			Energia: 661.85 Kcal / 2,766.53 KJ			Energia: 494.79 Kcal / 2,068.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.67 g	22.44 g	8.61 g	19.87 g	7.02 g	3.23 g	11.42 g	9.71 g	5.91 g	27.20 g	18.03 g	9.13 g	14.65 g	16.52 g	11.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
92.63 g	35.91 g	3.29 g	64.93 g	0.00 g	1.93 g	74.49 g	24.98 g	1.27 g	97.43 g	20.31 g	1.44 g	71.44 g	15.12 g	1.47 g		
1,3,7			1,7			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,3,7			1,7				
Tízórai	(727) Középiskolás 15-18 éves	Citromos tea Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal			Tej Kifli			Meggyes tea Sült hagymakrém Félbarna kenyér			Kakaó Kalács			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrém Rozskenyér Jégcsapretekkel		
		Energia: 549.15 Kcal / 2,295.45 KJ			Energia: 339.89 Kcal / 1,420.74 KJ			Energia: 564.39 Kcal / 2,359.15 KJ			Energia: 657.89 Kcal / 2,749.98 KJ			Energia: 516.08 Kcal / 2,157.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.62 g	17.09 g	6.38 g	16.02 g	4.31 g	2.24 g	13.02 g	16.58 g	7.43 g	22.93 g	16.40 g	7.25 g	13.69 g	18.23 g	16.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.83 g	29.98 g	3.20 g	58.85 g	0.00 g	1.15 g	89.98 g	24.98 g	0.50 g	104.09 g	21.38 g	1.59 g	73.74 g	18.24 g	1.43 g		
1,(7)			1,7			1,7			1,3,7			1,7				
Ebéd	(727) Középiskolás 15-18 éves	Sárgaborsó-krémleves Kolbászmorzsával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal			Magyaros csipetkeleves Tököfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluskaleves Mákos tészta Alma			Paradicsomleves Betűtészttal Zöldséges pulykavagdalt Burgonyapürével			Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizzsel		
		Energia: 1,122.43 Kcal / 4,691.76 KJ			Energia: 609.54 Kcal / 2,547.88 KJ			Energia: 780.46 Kcal / 3,262.32 KJ			Energia: 846.89 Kcal / 3,540.00 KJ			Energia: 840.64 Kcal / 3,513.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		49.49 g	52.62 g	13.45 g	29.08 g	45.27 g	14.08 g	26.33 g	21.99 g	5.10 g	31.68 g	18.91 g	4.36 g	30.29 g	43.64 g	11.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
111.60 g	0.07 g	5.35 g	89.58 g	15.01 g	5.41 g	118.22 g	29.98 g	2.91 g	135.78 g	39.96 g	7.49 g	80.70 g	0.01 g	5.78 g		
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Vacsora	(727) Középiskolás 15-18 éves	Cseresznyés tea Burgonyás tészta Csemege uborkával			Almás-fahéjas tea Hamburger			Csipkebogyós tea Sült debreceni Korpás kenyérral Mustárral			Erdei gyümölcsös tea Olaszos rakott tészta					
		Energia: 645.45 Kcal / 2,697.98 KJ			Energia: 699.72 Kcal / 2,924.83 KJ			Energia: 756.66 Kcal / 3,162.84 KJ			Energia: 959.23 Kcal / 4,009.58 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		16.85 g	13.30 g	1.73 g	22.09 g	15.05 g	5.78 g	29.41 g	32.03 g	10.58 g	42.56 g	40.96 g	12.73 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
113.11 g	29.98 g	4.88 g	115.27 g	61.67 g	3.71 g	86.68 g	24.98 g	5.12 g	103.85 g	13.12 g	3.96 g					
1,3,15,(12)			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,10,(6),(12)			1,3,7							

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

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 3733 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csepeltelephely: 1778-108-13
 Adószám: 14304148-118
 20. ...

Élelmezésvezető