


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Középiskola A 15-18 éves</b>	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal Sajtkrémés rúd			Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával Tavaszi felvágottas Kifli Margarinnal			Kakaó Kifli Sült húskrémés Félbarna kenyér Jégcsapretekkel Alma			Citromos tea Tonhalkrémés Rozskenyér Kígyóborkával Sárgabarackos zabrudi			Meggyes tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal Olasz felvágottas Kifli Margarinnal Paradicsommal		
		Energia: 506.89 Kcal / 2,118.80 KJ			Energia: 518.29 Kcal / 2,166.45 KJ			Energia: 512.43 Kcal / 2,141.96 KJ			Energia: 607.71 Kcal / 2,540.23 KJ			Energia: 478.97 Kcal / 2,002.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		22.43 g	8.66 g	6.73 g	12.40 g	16.33 g	10.32 g	20.07 g	11.73 g	5.56 g	14.40 g	19.81 g	16.19 g	13.47 g	13.27 g	4.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.06 g	12.15 g	2.09 g	79.88 g	24.98 g	1.55 g	81.37 g	16.11 g	0.88 g	92.08 g	35.73 g	1.45 g	76.14 g	24.98 g	2.15 g		
1,7			1,(7)			1,7,10,(12)			1,3,4,7,10			1,3,(7)				
<b>Ebéd</b>	<b>Középiskola A 15-18 éves</b>	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Rántott leves Pírtott kenyérbarkával Sajtos-tejszínes sertésragu Párolt rizszel			Sajtgaluskaleves Vadas sertésragu Szarvacskas tésztával			Hideg csomag		
		Energia: 1,009.24 Kcal / 4,218.62 KJ			Energia: 816.22 Kcal / 3,411.80 KJ			Energia: 1,111.29 Kcal / 4,645.19 KJ			Energia: 957.82 Kcal / 4,003.69 KJ			Energia: 1,331.64 Kcal / 5,566.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		40.03 g	55.09 g	17.20 g	24.86 g	33.00 g	4.27 g	37.62 g	56.47 g	16.70 g	40.35 g	44.09 g	12.35 g	33.67 g	65.11 g	11.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88.66 g	5.37 g	3.71 g	105.00 g	20.10 g	6.37 g	111.47 g	0.05 g	3.68 g	99.53 g	1.07 g	4.26 g	151.56 g	29.68 g	2.39 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(12)				
<b>Vacsora</b>	<b>Középiskola A 15-18 éves</b>	Cseresznyés tea Meleg szendvics			Citromos tea Sertéspaprikás Bulgurral			Almás-fahéjas tea Gyros tál			Epres tea Paprikás burgonya Félbarna kenyérral Csemege uborkával					
		Energia: 642.52 Kcal / 2,685.73 KJ			Energia: 1,020.61 Kcal / 4,266.15 KJ			Energia: 526.87 Kcal / 2,202.32 KJ			Energia: 959.86 Kcal / 4,012.21 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		29.29 g	13.45 g	6.87 g	32.06 g	50.01 g	12.55 g	11.84 g	5.63 g	3.02 g	31.32 g	31.56 g	9.17 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
100.20 g	32.60 g	2.14 g	115.16 g	29.98 g	2.11 g	104.95 g	63.80 g	3.55 g	135.55 g	20.01 g	7.13 g					
1,7			1,7			7,9,(1),(10)			1,9,15,(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-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, Pesti út 65.  
Csoportos rendelések: 1778-408-6-13 ...  
Adószám: 15303504-18  
20.