

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Reggeli	727 Eger Középiskolás 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér Tej Gabonagolyó	Erdei gyümölcsös tea Tönhalkrémes Korpás kenyér Helybensült sajtos pogácsa	Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllal	Barackos tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal Helybensült vaníliakrémes rúd
		Energia: 960.14 Kcal / 4,013.39 KJ	Energia: 843.76 Kcal / 3,526.92 KJ	Energia: 506.14 Kcal / 2,115.67 KJ	Energia: 1,007.68 Kcal / 4,212.10 KJ	Energia: 1,211.96 Kcal / 5,065.99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		26.02 g 21.13 g 18.29 g	14.50 g 44.50 g 13.97 g	19.30 g 9.29 g 3.98 g	38.27 g 29.00 g 22.28 g	36.96 g 62.49 g 23.18 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		163.63 g 48.07 g 2.88 g	95.13 g 12.80 g 3.02 g	86.11 g 24.30 g 1.58 g	147.48 g 24.98 g 3.06 g	124.27 g 29.98 g 4.42 g
		1,7,(3),(5)	1,3,4,7,10	1,7	1,7,(6),(10)	1,3,7,(6),(12)
Tízórai	727 Eger Középiskolás 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér	Erdei gyümölcsös tea Tönhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllal	Barackos tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal
		Energia: 653.83 Kcal / 2,733.01 KJ	Energia: 478.72 Kcal / 2,001.05 KJ	Energia: 506.14 Kcal / 2,115.67 KJ	Energia: 551.13 Kcal / 2,303.72 KJ	Energia: 481.30 Kcal / 2,011.83 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		13.67 g 17.08 g 16.20 g	9.58 g 18.30 g 6.81 g	19.30 g 9.29 g 3.98 g	17.79 g 13.06 g 13.08 g	13.54 g 9.57 g 3.04 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		108.88 g 48.07 g 1.41 g	68.17 g 12.80 g 1.44 g	86.11 g 24.30 g 1.58 g	89.84 g 24.98 g 1.85 g	84.95 g 29.98 g 1.66 g
		1,7	1,3,4,7,10	1,7	1,(6),(7),(10)	1,3,(7)
Ebéd	727 Eger Középiskolás 15-18 éves	Cheddaros sajtkrémesleves Nachosszal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májgaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta	Magyaros karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szórat Alma	Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával
		Energia: 1,008.12 Kcal / 4,213.94 KJ	Energia: 888.97 Kcal / 3,715.89 KJ	Energia: 780.28 Kcal / 3,261.57 KJ	Energia: 930.35 Kcal / 3,888.86 KJ	Energia: 914.95 Kcal / 3,824.49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		31.79 g 55.75 g 18.14 g	37.22 g 19.49 g 8.73 g	27.55 g 35.07 g 8.81 g	32.25 g 15.95 g 4.66 g	40.50 g 43.25 g 11.88 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		90.88 g 0.06 g 4.04 g	141.50 g 52.22 g 2.72 g	87.74 g 15.00 g 3.30 g	163.65 g 71.43 g 1.98 g	89.98 g 0.05 g 1.96 g
		1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,3,9	1,7	1,3,7
Vacsora	727 Eger Középiskolás 15-18 éves	Gyümölcsös tea Bolognai spagetti Reszelt sajttal	Gyümölcsös tea Tökfőzelék Sertés aprópecsenye Félbarna kenyérral	Gyümölcsös tea Meleg szendvics	Gyümölcsös tea Rántott sertésszelet Burgonyapürével	
		Energia: 861.87 Kcal / 3,602.62 KJ	Energia: 968.72 Kcal / 4,049.25 KJ	Energia: 601.60 Kcal / 2,514.69 KJ	Energia: 1,224.57 Kcal / 5,118.70 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	
		36.42 g 40.09 g 13.21 g	37.46 g 45.02 g 13.71 g	29.16 g 13.43 g 6.87 g	34.92 g 73.93 g 12.02 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
		87.59 g 25.44 g 2.02 g	102.34 g 15.47 g 1.62 g	90.21 g 24.41 g 2.14 g	102.36 g 19.99 g 3.98 g	
		1,3,7,(6),(12)	1,7,(3),(6),(10),(11)	1,7	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-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, Peati út 65.
 Csoportos árakhoz: 1778-4086-13
 Adószám: 14802560-4-18
 20.