

Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>727 Eger Középiskolás 15-18 éves</b>	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Natúr vajkrém(7) Kígyóborkával			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1) Helybensült gesztenyés rúd(6) Körte			Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma Diákcsemegés Zsemle(1) Margarinnal			<b>SZÜNET</b>			<b>ÜNNEPNAP</b>		
		Energia: 627.77 Kcal / 2,624.08 Kj			Energia: 593.40 Kcal / 2,480.41 Kj			Energia: 598.35 Kcal / 2,501.10 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		17.48 g	24.83 g	10.83 g	8.93 g	14.53 g	4.51 g	20.65 g	13.19 g	5.70 g						
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só								
82.74 g	25.13 g	1.10 g	105.64 g	47.93 g	0.08 g	98.23 g	25.71 g	1.18 g								
<b>Tízórai</b>	<b>727 Eger Középiskolás 15-18 éves</b>	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Margarinnal Jégcsapretek			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)			Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma								
		Energia: 511.99 Kcal / 2,140.12 Kj			Energia: 603.87 Kcal / 2,524.18 Kj			Energia: 552.44 Kcal / 2,309.20 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		16.57 g	12.83 g	4.65 g	13.59 g	18.80 g	7.17 g	18.04 g	11.54 g	5.08 g						
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só								
82.39 g	25.24 g	1.22 g	94.19 g	30.78 g	0.04 g	92.94 g	31.44 g	1.06 g								
<b>Ebéd</b>	<b>727 Eger Középiskolás 15-18 éves</b>	Tojásleves(3,1) Füstölt sajtos sertésragu(1,7) Párolt rizszel			Kertészleves(9) Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)			Tejszínes-fahéjas szilvakrémleves(1,7) Rántott sertésszelet(3,1) Burgonyapürével(7)								
		Energia: 1,000.19 Kcal / 4,180.79 Kj			Energia: 805.23 Kcal / 3,365.86 Kj			Energia: 1,394.00 Kcal / 5,826.92 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		31.40 g	61.95 g	21.62 g	32.79 g	43.36 g	11.34 g	36.96 g	77.26 g	14.00 g						
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só								
78.11 g	0.01 g	6.96 g	70.00 g	0.02 g	3.78 g	134.48 g	36.77 g	4.51 g								
<b>Vacsora</b>	<b>727 Eger Középiskolás 15-18 éves</b>	Gyümölcsös tea Paprikás burgonya Félbarna kenyérral(1) Csemege uborkával(15)			Gyümölcsös tea Bundás kenyér(3,1,7) Fokhagymás tejföllel(7)			Gyümölcsös tea Kolbászos lecsó Tarhonyával(3,1)								
		Energia: 649.50 Kcal / 2,714.91 Kj			Energia: 675.57 Kcal / 2,823.88 Kj			Energia: 904.71 Kcal / 3,781.69 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		19.56 g	30.36 g	8.81 g	26.24 g	23.50 g	9.45 g	30.31 g	44.87 g	11.78 g						
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só								
72.79 g	20.01 g	7.13 g	88.86 g	19.99 g	1.23 g	93.70 g	19.99 g	6.87 g								

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Étrend 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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Paali út 65.  
 Csoportos adózás: 1778-08-13-...  
 Adószám: 14390504-18  
 20.