


Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																						
 <b>Reggeli</b>	<b>Középiskola A 15-18 éves</b>	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Natúr vajkrém(7) Kígyóuborkával	Citromos tea Majonézes tonhalkrém(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1) Helybensült gesztenyes 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																																								
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>17.48 g</td> <td>24.83 g</td> <td>10.83 g</td> <td>8.93 g</td> <td>14.53 g</td> <td>4.51 g</td> <td>20.65 g</td> <td>13.19 g</td> <td>5.70 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír			T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	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	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>82.74 g</td> <td>25.13 g</td> <td>1.10 g</td> <td>105.64 g</td> <td>47.93 g</td> <td>0.08 g</td> <td>98.23 g</td> <td>25.71 g</td> <td>1.18 g</td> </tr> </table>	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			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																
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>Ebéd</b>	<b>Középiskola A 15-18 éves</b>	Tojásleves(3,1) Füstölt sajtos sertésragu(1,7) Párolt rizszel	Kertészleves(9) Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)	Hideg csomag																																								
		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																																								
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>31.40 g</td> <td>61.95 g</td> <td>21.62 g</td> <td>32.79 g</td> <td>43.36 g</td> <td>11.34 g</td> <td>36.96 g</td> <td>77.26 g</td> <td>14.00 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír			T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	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	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>78.11 g</td> <td>0.01 g</td> <td>6.96 g</td> <td>70.00 g</td> <td>0.02 g</td> <td>3.78 g</td> <td>134.48 g</td> <td>36.77 g</td> <td>4.51 g</td> </tr> </table>	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			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																
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>Középiskola A 15-18 éves</b>	Gyümölcsös tea Paprikás burgonya Félbarna kenyérrrel(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																																								
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>19.56 g</td> <td>30.36 g</td> <td>8.81 g</td> <td>26.24 g</td> <td>23.50 g</td> <td>9.45 g</td> <td>30.31 g</td> <td>44.87 g</td> <td>11.78 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír			T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	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	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>72.79 g</td> <td>20.01 g</td> <td>7.13 g</td> <td>88.86 g</td> <td>19.99 g</td> <td>1.23 g</td> <td>93.70 g</td> <td>19.99 g</td> <td>6.87 g</td> </tr> </table>	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			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																
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.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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 |               |

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos rendelés: 17783408-5-13...  
 Adószám: 14893504-18-20.