

Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
<b>eatrend</b>	<b>Reggeli</b>	Eper tej Fatörzs kifli Sertés párizsis Margarinos Félbarna kenyér Kigyóborkával			Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér Sajtos pogácsával			Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér Paprikás szalámi Margarinos Zsemle			Gyümölcslé Főtt tojáskarikák Margarinos Rozskenyér Csirkemellsonkás Margarinos Rozskenyér			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér Vajás pogácsa			Erdei gyümölcsös tea Makói sült hagymakrém Korpás kenyér		
		Energia: 672.20 Kcal / 2.809.80 KJ			Energia: 481.91 Kcal / 2.014.38 KJ			Energia: 532.34 Kcal / 2.225.18 KJ			Energia: 237.20 Kcal / 991.50 KJ			Energia: 541.85 Kcal / 2.284.93 KJ			Energia: 254.84 Kcal / 1.065.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.37 g	15.52 g	6.88 g	8.81 g	20.70 g	3.62 g	14.74 g	15.95 g	3.63 g	12.01 g	5.80 g	6.16 g	16.44 g	22.90 g	5.52 g	4.64 g	8.07 g	3.53 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
34.08 g			34.08 g			34.08 g			34.08 g			34.08 g			34.08 g				
110.16 g			110.16 g			110.16 g			110.16 g			110.16 g			110.16 g				
1,3,7			1,3,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8,(12)			1,7				
	<b>Tízórai</b>	Eper tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér			Gyümölcslé Főtt tojáskarikák Margarinos Rozskenyér			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Makói sült hagymakrém Korpás kenyér		
		Energia: 453.55 Kcal / 1.895.84 KJ			Energia: 299.39 Kcal / 1.251.45 KJ			Energia: 304.32 Kcal / 1.272.06 KJ			Energia: 215.09 Kcal / 899.08 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1.502.08 KJ			Energia: 254.84 Kcal / 1.065.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.81 g	9.25 g	4.20 g	6.35 g	7.60 g	0.04 g	7.10 g	6.73 g	0.18 g	8.61 g	5.24 g	0.18 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g	4.64 g	8.07 g	3.53 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
30.78 g			30.78 g			30.78 g			30.78 g			30.78 g			30.78 g				
78.23 g			78.23 g			78.23 g			78.23 g			78.23 g			78.23 g				
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
	<b>Ebéd</b>	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral			Korhelyleves kolbásszal Félbarna kenyérral Tejbédara Kakaó szórattal Mandarin			Paradicsomleves Betűtészttal Rántott halfilé szezámmagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyeletes Eatrend burger Hamburger szósszal Jégsalátával			Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyes vágottal		
		Energia: 694.44 Kcal / 2.902.76 KJ			Energia: 370.06 Kcal / 1.546.85 KJ			Energia: 657.77 Kcal / 2.749.48 KJ			Energia: 969.97 Kcal / 4.054.47 KJ			Energia: 639.77 Kcal / 2.674.24 KJ			Energia: 564.03 Kcal / 2.357.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.15 g	33.54 g	0.78 g	17.26 g	27.76 g	4.44 g	20.72 g	18.45 g	3.32 g	23.07 g	50.64 g	2.02 g	19.01 g	26.11 g	0.00 g	23.77 g	24.86 g	1.34 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
72.57 g			72.57 g			72.57 g			72.57 g			72.57 g			72.57 g				
0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g				
1,7,9,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,(12)			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)				
	<b>Uzsonna</b>	Zala felvágottas Margarinos Korpás zsemle Paprikával			Csokoládékrém rúd Alma			Kenőmájásos Korpás zsemle Kigyóborkával			Bécsi felvágottas Margarinos Zsemle Salátalevéllel			Gyümölcsös joghurt Korpás kifivel			Helyben sült sajtkrém rúd		
		Energia: 218.40 Kcal / 912.91 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1.745.19 KJ			Energia: 209.51 Kcal / 875.75 KJ			Energia: 221.48 Kcal / 925.79 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1.221.15 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.15 g	6.36 g	6.59 g	12.31 g	27.06 g	10.07 g	7.66 g	5.80 g	2.37 g	7.49 g	8.52 g	3.32 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
31.07 g			31.07 g			31.07 g			31.07 g			31.07 g			31.07 g				
0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g				
1,(7)			1,(7),(3),(6),(8),(11),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,7				
	<b>Vacsora</b>	Meggyes tea Csokoládés gombóc Porcukorral			Almás-fahéjas tea Burgonyás tészta Csemege uborkával			Cspikebogyós tea Bácskai rizseshús Céklasalátával			Barackos tea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel			Cseresznyés tea Sült bécsi virsli Ketchuppal Mustárral Félbarna kenyér					
		Energia: 1.010.83 Kcal / 4.225.27 KJ			Energia: 535.08 Kcal / 2.236.83 KJ			Energia: 605.71 Kcal / 2.531.87 KJ			Energia: 413.08 Kcal / 1.726.87 KJ			Energia: 273.08 Kcal / 1.141.47 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		21.45 g	43.55 g	13.16 g	14.35 g	10.88 g	1.42 g	17.57 g	21.23 g	2.51 g	13.89 g	13.99 g	5.97 g	14.34 g	14.25 g	4.88 g			
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
131.97 g			131.97 g			131.97 g			131.97 g			131.97 g			131.97 g				
65.94 g			65.94 g			65.94 g			65.94 g			65.94 g			65.94 g				
9.87 g			9.87 g			9.87 g			9.87 g			9.87 g			9.87 g				
1,7,(3),(6),(12)			1,3,15,(12)			15,(12)			1,3,7			1,10,(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
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója

- 7-tejtermék,laktóz
- 8-diófélék
- 9-zeller
- 10-mustár
- 11-szezámm
- 12-kén-dioxid-szulfid

- 13-csillagfűrt
- 14-puhatestűek
- 15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 85.  
 Csoportvezető: Kocsis Zoltán, 1778-2408-13  
 Adószám: 14360604-13-020