

Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>eatrend</b>	<b>Reggeli</b>	Tejeskávé Kifli Margarinnal			Limonádé Korpás kenyér Kenőmájással Kígyóborkával			Erdei gyümölcsös limonádé Zsemle Vaniliás túrókrémrel			Csipkebogyós tea Graham kenyér Álomsonka krémrel Lilahagymával			Tej Fatörzs kifli			Epres tea Félbarna kenyér Disznósajttal Lilahagymával			Tej Kalács Margarinnal		
		Energia: 559.70 Kcal / 2,339.55 KJ			Energia: 445.69 Kcal / 1,862.98 KJ			Energia: 388.14 Kcal / 1,622.43 KJ			Energia: 563.40 Kcal / 2,355.01 KJ			Energia: 677.53 Kcal / 2,832.08 KJ			Energia: 722.78 Kcal / 3,021.22 KJ			Energia: 663.97 Kcal / 2,775.39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.74 g	9.06 g	4.44 g	13.65 g	11.65 g	4.34 g	15.12 g	3.53 g	1.80 g	16.27 g	13.34 g	5.70 g	24.20 g	17.00 g	7.58 g	26.87 g	29.57 g	10.52 g	24.35 g	21.12 g	9.44 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
101.54 g 39.96 g 1.34 g			70.60 g 14.39 g 1.86 g			73.41 g 12.99 g 0.14 g			93.73 g 24.98 g 2.21 g			106.14 g 21.50 g 1.64 g			86.28 g 19.99 g 4.39 g			93.73 g 8.39 g 1.77 g				
1,7			1,(6),(7),(10)			1,7,(12)			1,7			1,3,7			1			1,3,7				
<b>Tízórai</b>	<b>Felnőtt</b>	Nektarin			Sárgadinnye			Görögdiinnye			Kefir			Banán			Natur joghurt			Nektarin		
		Energia: 82.92 Kcal / 346.61 KJ			Energia: 80.93 Kcal / 338.29 KJ			Energia: 62.25 Kcal / 260.21 KJ			Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 102.27 Kcal / 427.49 KJ			Energia: 82.92 Kcal / 346.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.41 g 0.69 g 0.08 g	0.60 g 0.20 g 0.00 g	1.00 g 0.40 g 0.00 g	6.80 g 0.20 g 0.11 g	1.95 g 0.15 g 0.00 g	7.88 g 2.63 g 1.58 g	1.41 g 0.69 g 0.08 g														
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
17.67 g 0.00 g 0.00 g			19.00 g 0.00 g 0.04 g			13.00 g 0.00 g 0.02 g			9.20 g 0.00 g 0.60 g			36.30 g 0.00 g 0.08 g			10.56 g 0.00 g 0.26 g			17.67 g 0.00 g 0.00 g				
7			7			7			7			7			7			7				
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt</b>	Citromos almaleves Erdélyi tokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc			Kolbásos burgonyaleves Káposztás tészta			Daragaluska leves Finomfőzelék Lenmagos húsgolyó Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Rántott sertésszelet Tört burgonya Káposztasalátával			Csirkebecsinált leves Lekváros fánk Porcukorral			Vajgaluskaleves Csirkepaprikás Főtt tésztával		
		Energia: 911.44 Kcal / 3,809.82 KJ			Energia: 952.98 Kcal / 3,983.46 KJ			Energia: 706.95 Kcal / 2,955.05 KJ			Energia: 970.67 Kcal / 4,057.40 KJ			Energia: 1,395.91 Kcal / 5,834.90 KJ			Energia: 1,173.57 Kcal / 4,905.52 KJ			Energia: 865.51 Kcal / 3,617.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.62 g 39.26 g 11.38 g	33.96 g 40.82 g 10.63 g	23.94 g 18.45 g 4.39 g	37.60 g 40.16 g 9.86 g	39.63 g 82.60 g 12.68 g	28.55 g 58.22 g 10.46 g	64.86 g 30.43 g 7.32 g														
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
116.50 g 22.98 g 5.21 g			111.16 g 15.00 g 4.32 g			110.37 g 15.00 g 4.53 g			112.84 g 10.02 g 6.37 g			122.23 g 15.00 g 8.45 g			133.16 g 35.92 g 3.50 g			81.87 g 0.02 g 4.36 g				
1,7			1,3,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Felnőtt</b>	Gyümölcs joghurt			Nápolyi			Kajszibarackos háromszög			Keksz			Rácsos túrós táska			Müzsizület			Piskóta kocka		
		Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ			Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ			Energia: 682.38 Kcal / 2,852.35 KJ			Energia: 224.47 Kcal / 938.28 KJ			Energia: 616.00 Kcal / 2,574.88 KJ			Energia: 88.17 Kcal / 368.55 KJ			Energia: 830.04 Kcal / 3,469.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.59 g 5.79 g 3.13 g	3.28 g 14.17 g 4.89 g	7.56 g 36.54 g 9.74 g	4.08 g 5.50 g 1.52 g	17.94 g 36.92 g 11.40 g	2.25 g 1.75 g 1.10 g	15.93 g 21.24 g 3.48 g														
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
22.45 g 12.99 g 0.49 g			27.06 g 12.49 g 0.12 g			79.96 g 36.32 g 1.34 g			39.40 g 11.40 g 0.48 g			52.74 g 0.00 g 2.92 g			15.75 g 3.00 g 0.03 g			142.81 g 69.93 g 1.16 g				
7,(1)			1,(3),(5),(7),(8)			1,7,(3),(6),(12)			1,(3),(5),(7),(8)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			1,3,7				
<b>Vacsora</b>	<b>Felnőtt</b>	Barackos tea Tejszínes-sajtos csirkeragu Főtt tésztával			Meggyes tea Olasz felvágottas Rozskenyér Margarinnal Salátalevéllal			Cseresznyés tea Bundás kenyér			Cseresznyés tea Sült bécsi virsli Mustárral Félbarna kenyérral			Gyümölcsös tea Sonkás-sajtos rakott tészta			Almás-fahéjas tea Turista felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Málnás tea Füstölt kolbász Zsemlével Margarinnal Paradicsommal		
		Energia: 730.64 Kcal / 3,054.08 KJ			Energia: 560.05 Kcal / 2,341.01 KJ			Energia: 587.14 Kcal / 2,454.25 KJ			Energia: 492.02 Kcal / 2,056.64 KJ			Energia: 980.99 Kcal / 4,100.54 KJ			Energia: 631.98 Kcal / 2,641.68 KJ			Energia: 456.79 Kcal / 1,909.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		40.46 g 16.99 g 4.88 g	17.82 g 18.53 g 15.42 g	23.50 g 12.52 g 3.27 g	28.73 g 28.10 g 9.66 g	46.61 g 42.23 g 11.84 g	18.10 g 15.33 g 5.79 g	13.03 g 9.89 g 4.00 g														
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
103.27 g 30.21 g 0.60 g			80.13 g 19.99 g 3.20 g			94.29 g 29.98 g 1.09 g			99.59 g 29.98 g 0.57 g			105.36 g 19.99 g 5.13 g			104.87 g 41.97 g 1.38 g			78.66 g 19.99 g 0.81 g				
1,7,(3),(10)			1,(7)			1,3,7			1,10,(12)			1,3,7			1,(7)			1,(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 Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 1783408-5-13  
 Adószám: 248275680-4-13  
 7.