

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>eatrend</b>  <b>Reggeli</b>	Epres tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér			Gyümölcsle Főtt tojáskarikás Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Melegszendvics			Gyümölcsös tea Kolbásos tojásrántotta Félbarna kenyérral		
	Energia: 768.05 Kcal / 3.210.45 KJ			Energia: 545.97 Kcal / 2.282.15 KJ			Energia: 566.82 Kcal / 2.369.31 KJ			Energia: 436.78 Kcal / 1.825.74 KJ			Energia: 670.17 Kcal / 2.801.31 KJ			Energia: 536.22 Kcal / 2.241.40 KJ			Energia: 698.65 Kcal / 2.920.36 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	24.21 g	17.00 g	7.58 g	12.71 g	15.59 g	0.09 g	14.13 g	13.42 g	0.00 g	17.76 g	10.96 g	11.46 g	24.56 g	18.10 g	2.64 g	21.04 g	23.62 g	12.05 g	29.39 g	27.08 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
128.65 g	41.53 g	1.64 g	87.91 g	19.99 g	1.16 g	96.73 g	19.99 g	2.40 g	66.12 g	5.76 g	1.59 g	101.46 g	14.40 g	2.80 g	59.11 g	12.00 g	2.22 g	83.42 g	19.99 g	2.40 g	
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7			1,3			
<b>Tízórai</b>	Gyümölcsjoghurt			Banán			Alma			Natúr joghurt			Banán			Gyümölcs			Kefir		
	Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 102.27 Kcal / 427.49 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 66.11 Kcal / 276.34 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	5.59 g	5.79 g	3.13 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	7.88 g	2.63 g	1.58 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	6.80 g	0.20 g	0.11 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	36.30 g	0.00 g	0.08 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	10.56 g	0.00 g	0.26 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	
7,(1)									7									7			
<b>Ebéd</b>	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkini tökfőzelék Virslipörkölttel			Korhelyeves Félbarna kenyérral Zöldborsó pörkölt Főtt tésztával			Paradicsomleves Betűtészta Rántott halfilé szezámagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyeves Cordon bleu Rizi-bizivel			Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyes vágottal			Erőleves Csirkepaprikás Szarvacska tésztával Céklasalátával		
	Energia: 787.41 Kcal / 3.291.37 KJ			Energia: 458.24 Kcal / 1.915.44 KJ			Energia: 1.106.20 Kcal / 4.623.92 KJ			Energia: 1.033.94 Kcal / 4.321.87 KJ			Energia: 1.047.03 Kcal / 4.376.59 KJ			Energia: 775.06 Kcal / 3.239.75 KJ			Energia: 993.19 Kcal / 4.151.53 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	35.17 g	37.07 g	10.81 g	22.01 g	39.16 g	11.73 g	40.02 g	43.14 g	11.66 g	33.56 g	28.32 g	5.45 g	47.24 g	27.94 g	9.73 g	32.41 g	33.55 g	9.82 g	69.48 g	39.58 g	7.95 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
78.90 g	0.01 g	5.99 g	61.28 g	15.01 g	3.51 g	137.67 g	0.00 g	5.41 g	158.02 g	60.02 g	4.21 g	149.53 g	13.99 g	4.78 g	88.81 g	0.01 g	3.72 g	88.14 g	7.99 g	9.79 g	
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,7,(12)			1,3,4,7,9,11			1,3,7			1,9,15,(10),(12)			1,3,7,9,15,(12)			
<b>Uzsonna</b>	Nápolyi			Csokoládékrém rúd			Tejbedara Kakaó szórattal			Dörmi			Korpás kifli Gyümölcsjoghurtal			Sajtkrém rúd			Sütemény		
	Energia: 250.07 Kcal / 1.045.29 KJ			Energia: 730.66 Kcal / 3.054.16 KJ			Energia: 613.70 Kcal / 2.565.27 KJ			Energia: 117.00 Kcal / 489.06 KJ			Energia: 418.17 Kcal / 1.747.95 KJ			Energia: 328.00 Kcal / 1.371.04 KJ			Energia: 682.38 Kcal / 2.852.35 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	3.28 g	14.17 g	0.00 g	23.42 g	52.92 g	20.14 g	16.74 g	5.89 g	3.00 g	1.80 g	4.60 g	0.70 g	16.27 g	7.33 g	3.27 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	7.56 g	36.54 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
27.06 g	0.00 g	0.00 g	39.32 g	0.00 g	2.76 g	123.46 g	76.43 g	0.89 g	17.00 g	8.80 g	0.25 g	71.01 g	12.99 g	1.61 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	79.96 g	0.00 g	0.00 g	
1,(3),(5),(7),(8)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7			(8)			1,7			1,7			1,7,(3),(6),(12)			
<b>Vacsora</b>	Gyümölcsle Hortobágyi rakott tészta			Almás-fahéjas tea Zala felvágottas Zsemle Margarinnal Kaliforniai Paprikával			Csipkebogyós tea Kenőmájásos Korpás zsemle Kígyóborkával			Gyümölcsös tea Bécsi felvágottas Zsemle Margarinnal			Cseresznyés tea Kenyérlángos			Epres tea Császárszalonnás Zsemle Zöldhagymával			Erdei gyümölcsös tea Natúr vajkrém Félbarna kenyér Paradicsommal		
	Energia: 546.83 Kcal / 2.285.75 KJ			Energia: 572.61 Kcal / 2.393.51 KJ			Energia: 519.09 Kcal / 2.169.80 KJ			Energia: 523.31 Kcal / 2.187.44 KJ			Energia: 482.92 Kcal / 2.018.61 KJ			Energia: 6.490.44 Kcal / 27.130.04 KJ			Energia: 520.64 Kcal / 2.176.28 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	21.32 g	37.28 g	4.75 g	15.52 g	11.25 g	4.39 g	15.38 g	11.62 g	4.30 g	15.01 g	17.05 g	2.06 g	28.20 g	27.20 g	9.30 g	89.19 g	643.18 g	243.67 g	13.29 g	17.31 g	7.75 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
30.31 g	5.76 g	2.26 g	101.86 g	19.99 g	1.94 g	87.51 g	19.99 g	1.48 g	77.12 g	19.99 g	1.14 g	99.89 g	22.09 g	3.02 g	78.84 g	19.99 g	31.83 g	77.17 g	12.00 g	2.42 g	
1,3,7			1,(7)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,10,(12)			1			1,7			

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyó	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestiek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!  
**eatrend Danubia Kft.**

2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
Céginformációs adataink: 17783408-5-17  
Adószám: 26215833-4-13

Élelmiszevezető