

Heti étlap 2024.12.23. - 2024.12.29.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>eatrend</b>  <b>Reggeli</b>	Meggyes tea Sajtkrém Kifli			Forró puncs Márványos kalács			Barackos tea Kocsonya Félbarna kenyérral			Citromos tea Kolbászos tojásrántotta Félbarna kenyérral			Almás-fahéjas tea Főtt tojás Sült szalonna Félbarna kenyérral			Gyümölcsös tea Sajtos-tejfölös lángos			Almás-fahéjas tea Sült debreceni Mustárral Félbarna kenyérral		
	Energia: 492.62 Kcal / 2,059.15 KJ			Energia: 558.55 Kcal / 2,334.74 KJ			Energia: 1,422.81 Kcal / 5,947.35 KJ			Energia: 1,023.59 Kcal / 4,278.61 KJ			Energia: 2,014.15 Kcal / 8,419.15 KJ			Energia: 1,056.54 Kcal / 4,416.34 KJ			Energia: 1,161.44 Kcal / 4,854.82 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
	9.89 g	16.00 g	0.20 g	19.64 g	12.91 g	5.91 g	59.54 g	62.12 g	0.09 g	40.63 g	28.56 g	0.09 g	41.28 g	156.90 g	16.32 g	35.30 g	28.68 g	12.95 g	44.40 g	33.97 g	10.67 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
76.53 g	19.99 g	0.82 g	90.28 g	25.62 g	1.23 g	156.60 g	19.99 g	3.56 g	149.67 g	19.99 g	3.56 g	107.07 g	19.99 g	4.44 g	163.17 g	20.39 g	3.92 g	167.97 g	19.99 g	7.28 g	
1,7	1,3,7			1,9			1,3			1,3			1,7			1,10,(6),(12)					
<b>Tízórai</b>	Mandarin			Banán			Mandarin			Gyümölcs			Kefír			Natúr joghurt			Gyümölcs		
	Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ			Energia: 41.41 Kcal / 173.09 KJ			Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ			Energia: 129.42 Kcal / 540.98 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 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
	0.70 g	0.30 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.70 g	0.30 g	0.00 g	0.60 g	0.20 g	0.00 g	6.80 g	0.20 g	0.11 g	6.80 g	7.20 g	3.91 g	0.60 g	0.60 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	
9.80 g	0.00 g	0.00 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	9.80 g	0.00 g	0.00 g	8.50 g	0.00 g	0.01 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	9.20 g	0.00 g	0.60 g	10.50 g	0.00 g	0.02 g	
												7			7						
<b>Ebéd</b>	Csontleves Cérametéllel Lecsős sertésragu Főtt tésztával			Halászlé Túrós csusza szalonnapörccel			Vegyes gyümölcsleves Sült oldalas Hagymás tört burgonyával Párolt lilakáposztával			Újházi tyúkhúsleves Székely húsgombóc Tejföllel Félbarna kenyérral			Reszelt tészta leves Sült hurka Sült kolbász Tepsis burgonyával Vegyes vágottal			Sertésraguleves Mákos tészta			Zöldborsóleves Brassói aprópecsenye Csemege uborkával		
	Energia: 886.94 Kcal / 3,707.41 KJ			Energia: 1,257.07 Kcal / 5,254.55 KJ			Energia: 1,520.31 Kcal / 6,354.90 KJ			Energia: 753.20 Kcal / 3,148.38 KJ			Energia: 1,754.30 Kcal / 7,332.97 KJ			Energia: 688.56 Kcal / 2,878.18 KJ			Energia: 1,142.38 Kcal / 4,775.15 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
	33.08 g	49.11 g	13.20 g	52.81 g	73.82 g	25.94 g	35.93 g	103.07 g	33.06 g	34.40 g	35.70 g	13.37 g	80.83 g	108.95 g	36.36 g	25.48 g	26.12 g	5.05 g	35.04 g	65.22 g	15.17 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
77.10 g	0.04 g	4.24 g	92.90 g	2.55 g	6.56 g	113.22 g	65.29 g	8.17 g	74.05 g	0.02 g	5.80 g	109.89 g	0.00 g	11.19 g	87.90 g	20.03 g	2.31 g	101.70 g	0.07 g	8.46 g	
1,3,9	1,3,4,7			1,7,(10)			1,3,7,9,(12)			1,3,15,(10),(12)			1,9,(3)			1,9,15,(12)					
<b>Uzsonna</b>	Péksütemény			Tepertős pogácsa			Sütemény			Sütemény			Virslis táska			Keksz			Sütemény		
	Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 301.16 Kcal / 1,258.85 KJ			Energia: 199.42 Kcal / 833.58 KJ			Energia: 461.36 Kcal / 1,928.48 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 250.07 Kcal / 1,045.29 KJ			Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 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
	3.78 g	18.27 g	4.87 g	4.06 g	21.61 g	5.91 g	9.68 g	2.80 g	4.38 g	17.13 g	17.92 g	6.47 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	3.28 g	14.17 g	0.00 g	23.42 g	52.92 g	20.14 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
39.98 g	18.16 g	0.67 g	22.25 g	0.00 g	1.30 g	34.00 g	0.00 g	2.04 g	57.73 g	0.00 g	1.97 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	27.06 g	0.00 g	0.00 g	39.32 g	0.00 g	2.76 g	
1,7,(3),(6),(12)	1,(3),(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)						1,(3),(5),(7),(8)			1,7,(3),(6),(12)					
<b>Vacsora</b>	Gyümölcsös tea Kenyér lángos			Gyümölcsleves Stefánia vagdalt Franciasalátával			Gyümölcsös tea Körözöttes Félbarna kenyér Papricával			Gyümölcsös tea Natúr vajkrém Félbarna kenyér Paprikával			Gyümölcsös tea Tepertőkrém Zsemle Papricával			Gyümölcsös tea Császárszalonnás Korpás kenyér Paprikával			Gyümölcsös tea Tarjás Félbarna kenyér Margarinnal Kaliforniai Paprikával		
	Energia: 648.41 Kcal / 2,710.35 KJ			Energia: 900.65 Kcal / 3,764.72 KJ			Energia: 458.88 Kcal / 1,918.12 KJ			Energia: 552.69 Kcal / 2,310.24 KJ			Energia: 577.31 Kcal / 2,413.16 KJ			Energia: 975.21 Kcal / 4,076.38 KJ			Energia: 815.24 Kcal / 3,407.70 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
	14.31 g	23.03 g	7.79 g	32.37 g	59.23 g	15.62 g	17.52 g	4.55 g	1.78 g	13.43 g	17.37 g	7.73 g	13.76 g	22.48 g	0.28 g	16.65 g	66.59 g	24.89 g	29.49 g	39.28 g	1.80 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
95.21 g	20.69 g	2.12 g	57.00 g	10.76 g	3.98 g	86.31 g	19.99 g	2.93 g	84.91 g	19.99 g	2.41 g	79.20 g	19.99 g	1.03 g	76.07 g	19.99 g	4.55 g	85.27 g	19.99 g	2.52 g	
1,7,(6)	1,3,7,10,15,(12)			1,7			1,7			1,3,7,10,(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-puhatestűek	
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: 17783403-5-17  
Adószám: 26215833-4-13

Élelmiszevezető