

Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek				
eatrend	Reggeli	Középiskolás 15-18 éves		Barackos tea Sárgarépás sajtvarázskrém Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kiflivel			Barackos tea Magyaros vajkrém Rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Tej Túró rudi krém Rozskenyér		
				Energia: 540.88 Kcal / 2,260.88 Kj			Energia: 392.67 Kcal / 1,641.36 Kj			Energia: 583.34 Kcal / 2,438.36 Kj			Energia: 599.10 Kcal / 2,504.24 Kj			Energia: 497.03 Kcal / 2,077.59 Kj		
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
				13.45 g	14.89 g	0.09 g	16.30 g	4.34 g	2.43 g	13.38 g	18.21 g	16.77 g	12.98 g	20.81 g	3.40 g	25.70 g	8.86 g	12.70 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.47 g	19.99 g	1.16 g	71.86 g	12.99 g	1.15 g	90.67 g	19.99 g	1.41 g	89.14 g	24.39 g	1.41 g	78.02 g	3.49 g	1.75 g				
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)						
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Lencseleves Dejós tészta Alma			Póréhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet 1/2 adag burgonyapürével 1/2 adag párolt zöldséggel			Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajt szóráttal				
		Energia: 1,107.71 Kcal / 4,630.23 Kj			Energia: 706.40 Kcal / 2,952.75 Kj			Energia: 974.54 Kcal / 4,073.58 Kj			Energia: 634.83 Kcal / 2,653.59 Kj			Energia: 971.22 Kcal / 4,059.70 Kj				
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv		
		31.55 g	46.34 g	13.72 g	38.78 g	50.24 g	11.67 g	37.72 g	28.24 g	3.07 g	34.62 g	24.03 g	5.31 g	40.30 g	41.31 g	9.86 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
139.72 g	39.96 g	7.62 g	94.46 g	10.00 g	7.29 g	140.63 g	20.98 g	1.17 g	56.43 g	0.03 g	5.54 g	114.93 g	30.47 g	2.84 g				
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,4,7,9,(6),(12)						
Uzsonna	Középiskolás 15-18 éves	Helyben sült vaníliakrém táska			Margarinos Korpás kenyér Mátrai diákcsemege szalámmal Paprikával			Helyben sült sajtkrém rúd			Margarinos Zsemle Csirkemellsonkával			Kockasajt Kiflivel				
		Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 Kj			Energia: 349.59 Kcal / 1,461.29 Kj			Energia: 328.00 Kcal / 1,371.04 Kj			Energia: 352.01 Kcal / 1,471.40 Kj			Energia: 369.18 Kcal / 1,543.17 Kj				
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv		
		23.42 g	52.92 g	20.14 g	14.78 g	7.32 g	2.23 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	16.20 g	5.82 g	2.43 g	15.88 g	13.06 g	7.64 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
39.32 g	0.00 g	2.76 g	56.13 g	0.00 g	2.01 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	58.68 g	0.00 g	1.09 g	46.60 g	0.00 g	2.22 g				
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			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 Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65...
Csoportos rendelés: 17783408-5-13
Adószám: 14893560-4-13