

Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek				
eatrend	Reggeli	Iskola Felső A		Tea Zöldfűszeres vajkrémes Kifli			Tea Meggyes táska			Tea Kockasajt Kifivel			Tea Májusi csemegés Zsemle Margarinnal			Tea Sült húskrémes Félbarna kenyér Lilahagymával		
		Energia: 331.42 Kcal / 1,385.34 KJ			Energia: 264.26 Kcal / 1,104.61 KJ			Energia: 264.61 Kcal / 1,106.07 KJ			Energia: 333.26 Kcal / 1,393.03 KJ			Energia: 299.60 Kcal / 1,252.33 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		6.48 g	11.93 g	7.00 g	2.64 g	13.14 g	3.58 g	8.13 g	7.17 g	2.65 g	11.73 g	8.25 g	4.47 g	8.45 g	7.85 g	3.09 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
49.09 g 19.98 g 0.41 g			33.48 g 19.99 g 0.79 g			41.70 g 13.99 g 1.36 g			52.72 g 19.99 g 1.58 g			48.56 g 19.99 g 0.80 g						
1,7			1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,(7)			1,7,10,(12)						
Tízórai	Iskola Felső A	Citromos tea Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal			Tej Kifli			Meggyes tea Sült hagymakrémes Félbarna kenyér			Kakaó Kalács			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Jégcsapretekkel				
		Energia: 361.37 Kcal / 1,510.53 KJ			Energia: 362.68 Kcal / 1,516.00 KJ			Energia: 258.46 Kcal / 1,080.36 KJ			Energia: 398.85 Kcal / 1,667.19 KJ			Energia: 284.40 Kcal / 1,188.79 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		10.54 g	11.98 g	4.52 g	12.75 g	14.96 g	8.36 g	4.73 g	8.42 g	3.87 g	7.62 g	14.26 g	5.23 g	12.39 g	7.99 g	3.69 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
52.52 g 19.99 g 1.32 g			44.06 g 10.01 g 1.02 g			40.49 g 12.00 g 0.81 g			59.43 g 25.58 g 1.06 g			40.39 g 2.40 g 0.89 g						
1,(7)			1,7			1,7			1,3,7			1,7						
Ebéd	Iskola Felső A	Sárgaborsó-krémeles Kolbászmozszával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal			Magyaros csipetkeleves Tökfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluska leves Mákos tészta Alma			Paradicsomleves Betűtészta Burgonyapüré Zöldséges pulykavagdallal			Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizsszel				
		Energia: 551.58 Kcal / 2,305.60 KJ			Energia: 692.89 Kcal / 2,896.28 KJ			Energia: 618.41 Kcal / 2,584.95 KJ			Energia: 771.54 Kcal / 3,225.04 KJ			Energia: 654.77 Kcal / 2,736.94 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		23.20 g	14.83 g	3.44 g	20.25 g	27.93 g	8.13 g	28.22 g	27.10 g	9.21 g	31.14 g	33.56 g	8.39 g	29.00 g	26.39 g	5.61 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
81.01 g 20.50 g 2.21 g			92.23 g 20.78 g 2.74 g			64.54 g 2.05 g 3.04 g			84.33 g 4.80 g 3.75 g			73.53 g 0.01 g 2.81 g						
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9						
Uzsonna	Iskola Felső A	Helyben sült vaníliás táska			Kenőmájasos Tejles kiörlesű kenyér Kígyóborkával			Diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal			Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Helyben sült sajtos pogácsa Süli szelet				
		Energia: 246.53 Kcal / 1,030.50 KJ			Energia: 276.31 Kcal / 1,154.98 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ			Energia: 192.91 Kcal / 806.36 KJ			Energia: 278.10 Kcal / 1,162.46 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		12.02 g	10.77 g	6.01 g	10.52 g	12.36 g	9.12 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	11.36 g	2.77 g	1.19 g	15.95 g	10.94 g	4.82 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
25.08 g 0.00 g 1.68 g			30.63 g 3.85 g 2.03 g			18.02 g 5.90 g 0.37 g			30.60 g 0.00 g 0.81 g			28.81 g 3.03 g 1.89 g						
1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,(7)			1,3,7						
Vacsora	Iskola Felső A	Tea Toast sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Tea Füstölt kolbászos Félbarna kenyér Tojás karikákkal Pórhagymával			Tea Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Tea Csemege szalámis Zöldfűszeres vajkrémes Korpás kenyér			Tea Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Paprika				
		Energia: 297.34 Kcal / 1,242.88 KJ			Energia: 388.93 Kcal / 1,625.73 KJ			Energia: 359.10 Kcal / 1,501.04 KJ			Energia: 374.26 Kcal / 1,564.41 KJ			Energia: 275.51 Kcal / 1,151.63 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		13.07 g	3.10 g	1.50 g	11.50 g	8.91 g	3.14 g	10.53 g	11.91 g	4.53 g	8.52 g	19.25 g	8.35 g	10.35 g	3.33 g	1.30 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
54.08 g 23.84 g 0.76 g			64.60 g 32.03 g 0.55 g			52.26 g 24.67 g 1.33 g			41.16 g 12.00 g 1.11 g			50.81 g 19.99 g 0.76 g						
1,(7)			1,3,(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 3-tojás 5-földimogyoró 7-tejtermék,laktóz 9-zeller 11-szezám 13-csillagfürt 15-mesterséges édesítőszer
2-rák 4-hal 6-szója 8-diófélék 10-mustár 12-kéndioxid-szulfid 14-puhatestűek 16-édesgyökér

Menüs Gilla
Jó étkezést kívánunk!
Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Cépközpont száma: 17783403-S-13
Adószám: 15892221-13

Élelmiszevezető