

Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
eatrend	Reggeli	Normál A menü									Normál A menü											
		Tej Kalács			Mentás limonádé Tonhalkrémes Rozskenyér Paprikával			Karamellás tej Kifli			Barackos tea Paprikás szalámis Margarinos Félbarna kenyér Kigyóborkával			Narancsos limonádé Fokhagymás felvágottas Margarinos Rozskenyér Paprika			Meggyes tea Diáksemegetés Margarinos Zsemle Kigyóborkával			Citromos tea Disznósajt Félbarna kenyér Paprikával		
		Energia: 387.48 Kcal / 1.619.67 KJ			Energia: 584.92 Kcal / 2.444.97 KJ			Energia: 464.53 Kcal / 1.941.74 KJ			Energia: 572.54 Kcal / 2.393.22 KJ			Energia: 531.15 Kcal / 2.220.21 KJ			Energia: 452.13 Kcal / 1.889.90 KJ			Energia: 755.71 Kcal / 3.158.87 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
17.28 g	10.81 g	5.04 g	14.08 g	26.27 g	14.97 g	17.72 g	5.06 g	2.64 g	16.60 g	14.50 g	5.68 g	18.15 g	18.62 g	15.42 g	12.97 g	9.81 g	4.17 g	27.00 g	29.67 g	10.52 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
54.82 g	4.20 g	1.03 g	71.88 g	9.99 g	1.47 g	86.48 g	24.98 g	1.22 g	93.50 g	34.38 g	0.93 g	72.34 g	10.13 g	3.20 g	77.74 g	24.39 g	0.88 g	94.15 g	29.98 g	4.38 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)			1,(7)			1,(7)			1				
Tízórai	Normál A menü	Normál A menü									Normál A menü											
		Mézes Margarinos Félbarna kenyér			Kajsziarackos háromszög			Soproni felvágottas Margarinos Félbarna kenyér			Sajtkrémes rúd			Magyaros vajkrémes Zsemle			Baracklekvaros Margarinos Félbarna kenyér			Sajtos rúd		
		Energia: 221.55 Kcal / 926.08 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1.426.17 KJ			Energia: 239.44 Kcal / 1.000.86 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 212.56 Kcal / 888.50 KJ			Energia: 215.84 Kcal / 902.21 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 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
5.94 g	2.60 g	1.08 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.62 g	8.76 g	3.37 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	5.20 g	8.35 g	3.99 g	5.95 g	2.60 g	1.08 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
43.53 g	12.15 g	0.06 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	31.44 g	0.00 g	0.90 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	28.90 g	0.00 g	0.06 g	42.07 g	9.34 g	0.06 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7),(12)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)				
Ebéd	Normál A menü	Normál A menü									Normál A menü											
		Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacská tésztaival			Magyaros burgonyaleves Lencsefőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyér			Csontleves Cérnametéllel Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral			Brokkolikrémes Pírott kenyérbarkával Csikós tokány Párolt rizssel Alma			Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajttal			Korhelyleves Félbarna kenyérral Lekvaros fánk			Vegyes gyümölcsleves Rántott sertésszelet Burgonyapürével Vegyes vágott		
		Energia: 926.42 Kcal / 3.872.44 KJ			Energia: 791.88 Kcal / 3.310.06 KJ			Energia: 841.12 Kcal / 3.515.88 KJ			Energia: 1.077.56 Kcal / 4.504.20 KJ			Energia: 863.87 Kcal / 3.610.98 KJ			Energia: 855.49 Kcal / 3.575.95 KJ			Energia: 1.358.46 Kcal / 5.678.36 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
37.78 g	49.56 g	6.45 g	47.83 g	47.03 g	13.96 g	31.94 g	38.21 g	9.66 g	33.63 g	56.09 g	14.64 g	48.44 g	37.15 g	8.17 g	22.92 g	40.77 g	6.92 g	38.26 g	76.44 g	15.40 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
81.47 g	0.02 g	2.46 g	112.42 g	6.00 g	2.76 g	91.37 g	15.03 g	4.87 g	107.65 g	0.04 g	5.47 g	84.03 g	0.01 g	3.22 g	98.31 g	0.01 g	3.99 g	130.44 g	25.97 g	5.44 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,7,9,(3),(5),(6),(8),(11),(12)							
Uzsonna	Normál A menü	Normál A menü									Normál A menü											
		Pulykamell sonkás Margarinos Korpás kenyér Kigyóborkával			Sajtkrémes rúd Körte			Bécsi felvágottas Margarinos Korpás kenyér Salátalevéllel			Zöldfűszeres kockasajt Korpás kifivel			Sonkás kukoricás pizza			Zöldfűszeres vajkrémes Kifli			Gyümölcsjoghurt Kifivel		
		Energia: 170.81 Kcal / 713.99 KJ			Energia: 203.74 Kcal / 851.63 KJ			Energia: 213.83 Kcal / 893.81 KJ			Energia: 163.41 Kcal / 683.05 KJ			Energia: 308.26 Kcal / 1.288.53 KJ			Energia: 370.48 Kcal / 1.548.61 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1.151.13 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
7.54 g	2.94 g	1.23 g	8.29 g	2.53 g	3.61 g	6.72 g	8.53 g	3.19 g	8.51 g	2.92 g	1.24 g	12.63 g	9.88 g	2.97 g	12.63 g	9.88 g	2.97 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.54 g	2.20 g	1.18 g	42.28 g	0.00 g	1.69 g	27.48 g	0.00 g	1.60 g	25.48 g	0.00 g	0.75 g	42.02 g	0.10 g	1.08 g	46.40 g	0.00 g	0.83 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7			1,7			1,7			1,7				
Vacsora	Normál A menü	Normál A menü									Normál A menü											
		Barackos tea Sajtos-tejfölös lángos			Cseresznyés tea Fokhagymás tejfölös sertésragu Galuskával			Erdei gyümölcsös tea Görög rakott burgonya			Meggyes tea Debreceni kolbász Félbarna kenyérral Mustárral Paradicsommal			Citromos tea Pusztapörkölt Félbarna kenyérral			Citromos tea Császárszalonna Félbarna kenyérral Lilahagymával			Gyümölcsös tea Kenőmájossal Félbarna kenyér		
		Energia: 814.98 Kcal / 3.406.62 KJ			Energia: 1.037.62 Kcal / 4.337.25 KJ			Energia: 587.23 Kcal / 2.454.62 KJ			Energia: 788.43 Kcal / 3.295.64 KJ			Energia: 1.011.52 Kcal / 4.228.15 KJ			Energia: 866.48 Kcal / 3.621.89 KJ			Energia: 530.71 Kcal / 2.218.37 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
24.58 g	27.29 g	12.33 g	34.71 g	44.51 g	12.00 g	38.45 g	8.76 g	4.75 g	33.56 g	31.64 g	10.85 g	35.26 g	34.96 g	9.99 g	17.90 g	45.09 g	16.95 g	17.21 g	12.06 g	4.40 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
116.91 g	30.38 g	2.79 g	123.19 g	29.98 g	6.14 g	86.97 g	12.00 g	4.25 g	91.32 g	19.99 g	3.73 g	136.84 g	29.98 g	1.67 g	96.07 g	29.98 g	2.11 g	87.59 g	19.99 g	0.45 g		
1,7			1,3,7			1,3,7,9,(10)			1,(6),(12)			1			1			1,(6),(7),(10)				

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
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója
- 7-tej
- 8-dió
- 9-zelle
- 10-mustár
- 11-szezám
- 12-kéndioxid-sz
- 13-esszenciák
- 14-puhatestiek
- 15-mesterséges édesítőszer
- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adás: 06-1-4693-360-5-13  
 Előfizetés: 06-1-4693-360-4-13  
 14.