

Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
 eatrend Reggeli	Normál A menü	Kakaó Kifli			Citromos tea Kolbászkremes Korpás kenyér Paprikával			Erdei gyümölcsös tea Csokis túrkrémes Zsemle			Tej Sajt szeletes Margarinos Félbarna kenyér Salátalevéllal			Cspikebogyós tea Körözöttes Rozskenyér Paprikával			Barackos tea Baromfi párizsis Margarinos Rozskenyér Kígyóuborkával			Cseresznyés tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Paprikával		
		Energia: 424.96 Kcal / 1.776.33 KJ			Energia: 533.46 Kcal / 2.229.86 KJ			Energia: 389.59 Kcal / 1.628.49 KJ			Energia: 632.65 Kcal / 2.644.48 KJ			Energia: 477.35 Kcal / 1.995.32 KJ			Energia: 557.55 Kcal / 2.330.56 KJ			Energia: 592.63 Kcal / 2.477.19 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
		18.00 g	5.09 g	2.66 g	10.66 g	15.72 g	6.95 g	14.61 g	3.68 g	1.88 g	32.53 g	20.36 g	11.37 g	18.09 g	5.57 g	10.80 g	17.80 g	13.58 g	13.89 g	13.50 g	17.37 g	8.09 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
76.50 g	14.99 g	1.22 g	86.57 g	29.98 g	1.63 g	73.90 g	15.49 g	0.14 g	79.47 g	0.00 g	1.32 g	88.03 g	24.98 g	1.92 g	90.64 g	34.38 g	2.44 g	94.75 g	29.98 g	0.01 g		
1,7			1,7			1,7,(5),(8)			1,7			1,7			1,(7)			1,7				
Tízórai	Normál A menü	Meggyes táska			Füstölt sajtkrémes Félbarna kenyér			Kockasajt Kiflivel			Mogyorókrémes Félbarna kenyér			Tavaszi felvágottas Margarinos Félbarna kenyér			Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér			Mézes Margarinos Félbarna kenyér		
		Energia: 341.19 Kcal / 1.426.17 KJ			Energia: 230.74 Kcal / 964.49 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 262.29 Kcal / 1.096.37 KJ			Energia: 209.18 Kcal / 874.37 KJ			Energia: 231.14 Kcal / 966.17 KJ			Energia: 221.56 Kcal / 926.12 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	7.31 g	8.14 g	4.68 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	7.18 g	6.80 g	0.32 g	7.95 g	5.53 g	2.18 g	6.38 g	8.60 g	4.05 g	5.94 g	2.60 g	1.08 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	31.77 g	0.00 g	0.25 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	42.78 g	9.60 g	0.00 g	31.86 g	0.00 g	0.43 g	31.78 g	0.00 g	0.01 g	43.53 g	12.15 g	0.07 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,7			1,5,6,7,8			1,(7)			1,7			1,(7)				
Ebéd	Normál A menü	Rántott leves Pirított kenyérral Mézes mustáros sertésragu Párolt rizsszel			Frankfurti leves Mákos tészta Alma			Tárkonyos zöldségleves Burgonyafőzelék Sokmagvas fasírt Félbarna kenyérral			Brokkolikrémeves Levesgyönggyel Sonkás-sajtos rakott tészta			Kertészleves Paradicsomos káposzta Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Magyaros zellerleves Rakott burgonya Csemege uborka			Erőleves Csíogatással Sertéspaprikás Orsó tésztával Céklasaláta		
		Energia: 910.66 Kcal / 3.806.56 KJ			Energia: 683.18 Kcal / 2.855.69 KJ			Energia: 1.082.65 Kcal / 4.525.48 KJ			Energia: 1.094.98 Kcal / 4.577.02 KJ			Energia: 759.04 Kcal / 3.172.79 KJ			Energia: 881.00 Kcal / 3.682.58 KJ			Energia: 1.136.06 Kcal / 4.748.73 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
		28.08 g	49.16 g	12.18 g	27.08 g	26.70 g	7.56 g	40.73 g	46.39 g	12.67 g	51.57 g	51.24 g	14.07 g	30.16 g	36.56 g	10.08 g	28.57 g	47.75 g	13.87 g	41.41 g	59.90 g	12.94 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
88.82 g	4.10 g	4.33 g	105.21 g	20.03 g	2.27 g	123.85 g	0.02 g	4.13 g	108.36 g	0.27 g	6.76 g	76.26 g	15.04 g	4.68 g	82.52 g	0.02 g	14.38 g	106.06 g	7.99 g	7.53 g		
1,7,10,(12)			1,3,7,(6),(9),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,9			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Normál A menü	Olasz felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Jégcsapretekkel			Meggyes táska			Soproni felvágottas Margarinos Rozskenyér Kígyóuborkával			Paprikás szalámis Margarinos Korpás zsemle Körte			Vajas pogácsa			Kakaós csiga			Kajszibarackos háromszög		
		Energia: 242.26 Kcal / 1.012.63 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1.426.17 KJ			Energia: 241.06 Kcal / 1.007.63 KJ			Energia: 243.07 Kcal / 1.016.03 KJ			Energia: 182.50 Kcal / 762.85 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1.426.17 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
		8.84 g	8.78 g	3.37 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.00 g	9.26 g	7.86 g	6.96 g	7.16 g	2.64 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
31.96 g	3.12 g	0.91 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	30.34 g	2.20 g	1.60 g	37.53 g	0.00 g	0.98 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(7)			1,7,(6),(12)			1,7,(3)			1,7,(3),(6),(12)				
Vacsora	Normál A menü	Barackos tea Tökfőzelék Sült bécsi virslivel			Eperes tea Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			Almás-fahéjas tea Borsos tokány Szarvacska tésztával			Cseresznyés tea Székelykáposzta Félbarna kenyérral			Citromos tea Kenőmájásos Félbarna kenyér Kígyóuborkával			Málnás tea Fokhagymás felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal			Gyümölcsös tea Soproni felvágottas Margarinos Félbarna kenyér		
		Energia: 428.96 Kcal / 1.793.05 KJ			Energia: 1.025.32 Kcal / 4.285.84 KJ			Energia: 843.93 Kcal / 3.527.63 KJ			Energia: 849.10 Kcal / 3.549.24 KJ			Energia: 576.33 Kcal / 2.409.06 KJ			Energia: 569.23 Kcal / 2.379.38 KJ			Energia: 560.47 Kcal / 2.342.76 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
		20.40 g	37.53 g	11.98 g	44.88 g	31.35 g	8.49 g	31.91 g	34.53 g	10.84 g	33.56 g	30.34 g	10.83 g	17.74 g	12.12 g	4.70 g	17.77 g	17.63 g	6.76 g	17.37 g	17.55 g	6.74 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
70.75 g	44.97 g	0.34 g	139.59 g	19.99 g	2.22 g	100.18 g	41.97 g	2.85 g	109.40 g	30.02 g	1.61 g	98.26 g	34.38 g	0.46 g	84.48 g	19.99 g	1.81 g	82.88 g	19.99 g	1.80 g		
1,7			1			1,3,9			1,7,9,(12)			1,(6),(7),(10)			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-tejte 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-dióf 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer | | |

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Kft.
 2730 Albertirs, Pesti út 65.
 Csoportos áruvétel: 17784408-5-13
 Előrejelzés: 4893860-4-13
 14.