

Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap				
eatrend	Reggeli	Normál A menü		Karamellás tej Molnárika			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémes Rozskenyér Alma			Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Félbarna kenyérral			Tej Kalács			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Natúr vajkrémes Kifli Paprikával			Barackos tea Toast felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal		
				Energia: 620.65 Kcal / 2,594.32 KJ			Energia: 570.99 Kcal / 2,386.74 KJ			Energia: 529.41 Kcal / 2,212.93 KJ			Energia: 629.37 Kcal / 2,630.77 KJ			Energia: 644.69 Kcal / 2,694.80 KJ			Energia: 500.83 Kcal / 2,093.47 KJ			Energia: 540.43 Kcal / 2,259.00 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
				21.38 g	14.48 g	6.56 g	14.54 g	19.36 g	17.13 g	13.81 g	11.09 g	4.00 g	24.35 g	17.12 g	7.64 g	12.89 g	21.18 g	6.60 g	9.26 g	16.73 g	7.93 g	21.72 g	8.22 g	3.15 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
100.46 g	29.78 g	1.64 g	83.31 g	12.00 g	1.48 g	92.95 g	29.98 g	0.25 g	93.73 g	8.39 g	1.65 g	99.61 g	42.77 g	0.22 g	77.59 g	29.98 g	0.83 g	94.52 g	29.98 g	0.58 g				
1,3,7			1,7			1,3,10,(7),(12)			1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)						
Tízórai	Normál A menü	Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle			Kefir Kifivel			Sajtkrémes rúd			Soproni felvágottas Margarinos Félbarna kenyér			Mézés Margarinos Félbarna kenyér			Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle			Turista felvágottas Margarinos Félbarna kenyér				
		Energia: 212.56 Kcal / 888.50 KJ			Energia: 175.39 Kcal / 733.13 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 239.44 Kcal / 1,000.86 KJ			Energia: 221.55 Kcal / 926.08 KJ			Energia: 212.56 Kcal / 888.50 KJ			Energia: 230.51 Kcal / 963.53 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		
		5.20 g	8.35 g	3.99 g	10.56 g	0.48 g	0.21 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.62 g	8.76 g	3.37 g	5.94 g	2.60 g	1.08 g	5.20 g	8.35 g	4.00 g	8.92 g	7.64 g	2.89 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.90 g	0.00 g	0.06 g	32.00 g	0.00 g	1.01 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	31.44 g	0.00 g	0.90 g	43.53 g	12.15 g	0.06 g	28.90 g	0.00 g	0.07 g	31.44 g	0.00 g	0.69 g				
1,7			1,7			1,7			1,(7)			1,(7)			1,7			1,(7)						
Ebéd	Normál A menü	Őszi zöldséglevés Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Panírozott dinő Zöldborsó főzelékkel Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizsszel Sajtmártással			Gyömbéres körte krémleves Műzli szóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Félbarna kenyérral			Sertésraguleves Izes derelye Porcukorral			Magyaros karalábéleves Bakonyi sertésragu Szarvacska tésztával				
		Energia: 880.75 Kcal / 3,681.54 KJ			Energia: 825.68 Kcal / 3,451.34 KJ			Energia: 904.53 Kcal / 3,780.94 KJ			Energia: 798.76 Kcal / 3,338.82 KJ			Energia: 824.25 Kcal / 3,445.37 KJ			Energia: 527.02 Kcal / 2,202.94 KJ			Energia: 764.18 Kcal / 3,194.27 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		
		39.68 g	44.97 g	13.16 g	25.63 g	25.52 g	3.51 g	44.08 g	51.96 g	20.68 g	27.78 g	35.20 g	12.06 g	32.63 g	40.58 g	10.67 g	15.69 g	27.96 g	4.14 g	37.31 g	34.95 g	10.58 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
78.39 g	5.03 g	2.13 g	123.10 g	30.10 g	3.83 g	64.37 g	0.23 g	10.43 g	91.01 g	13.99 g	3.72 g	80.41 g	0.01 g	3.68 g	47.98 g	15.36 g	3.82 g	74.94 g	0.05 g	1.97 g				
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7						
Uzsonna	Normál A menü	Kenőmájasos Korpás kenyér Kígyóborkával			Sertés párizsis Margarinos Zsemle Salátalevélel			Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával			Kockasajt Korpás kifivel			Sajtkrémes rúd Zabrudai			Csokoládékrémes rúd			Gyümölcs joghurt Kifivel				
		Energia: 200.79 Kcal / 839.30 KJ			Energia: 197.05 Kcal / 823.67 KJ			Energia: 216.46 Kcal / 904.89 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 328.00 Kcal / 1,371.04 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 384.67 Kcal / 1,607.92 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		
		6.80 g	5.79 g	2.17 g	7.12 g	6.00 g	2.40 g	5.44 g	8.41 g	3.99 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	13.11 g	6.35 g	3.33 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
30.11 g	2.20 g	0.92 g	28.60 g	0.00 g	0.57 g	29.50 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.26 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	68.05 g	12.99 g	1.31 g				
1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,7			1,7			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7						
Vacsora	Normál A menü	Citromos tea Fasírt Franciasalátával			Málnás tea Túrós tészta Porcukorral			Barackos tea Sült bécsi virsli Félbarna kenyérral Ketchuppal			Cseresznyés tea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel			Gyümölcslé Zöldbabfőzelék Sertés aprósüttel Félbarna kenyérral			Barackos tea Fokhagymás felvágottas Margarinos Korpás kenyér Kígyóborkával			Cseresznyés tea Kenőmájasos Félbarna kenyér Lilahagymával				
		Energia: 908.68 Kcal / 3,798.28 KJ			Energia: 642.76 Kcal / 2,686.74 KJ			Energia: 475.36 Kcal / 1,987.00 KJ			Energia: 716.49 Kcal / 2,994.93 KJ			Energia: 1,169.41 Kcal / 4,888.13 KJ			Energia: 555.39 Kcal / 2,321.53 KJ			Energia: 587.46 Kcal / 2,455.58 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		
		25.81 g	54.70 g	13.67 g	26.25 g	22.94 g	9.61 g	27.91 g	26.35 g	9.66 g	26.37 g	23.52 g	9.45 g	42.20 g	53.10 g	13.66 g	14.28 g	17.18 g	6.68 g	17.82 g	12.12 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		
76.12 g	34.98 g	3.22 g	81.95 g	19.99 g	0.81 g	100.20 g	34.18 g	0.65 g	98.85 g	29.98 g	1.23 g	130.29 g	35.96 g	1.78 g	85.52 g	34.38 g	3.21 g	100.90 g	29.98 g	0.46 g				
1,3,7,10,15,(12)			1,3,7			1			1,3,7			1,7,(10)			1,(7)			1,(6),(7),(10)						

Az ételváltoztatás 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-csillagfürt 16-édesgyökér
- 2-rák 5-földimogyoró 8-dióf 11-szám 14-puhatestűk
- 3-tojás 6-szója 9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adózás: 17763406-5-13
Előmezejeztető
Adószám: 14693860-4-13
14.