

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
eatrend	Reggeli	Normál A menü																				
		Epres tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Füstölt lencsekrémes Félbarna kenyér			Ivólé Margarinos Rozskenyér Főtt tojáskarikákkal			Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémes Korpás kenyér			Kakaó Briós		
		Energia: 768.05 Kcal / 3.210.45 KJ			Energia: 545.97 Kcal / 2.282.15 KJ			Energia: 566.82 Kcal / 2.369.31 KJ			Energia: 436.78 Kcal / 1.825.74 KJ			Energia: 670.17 Kcal / 2.801.31 KJ			Energia: 460.09 Kcal / 1.923.18 KJ			Energia: 480.42 Kcal / 2.008.16 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
		24.21 g	17.00 g	7.58 g	12.71 g	15.59 g	6.86 g	14.13 g	13.42 g	6.18 g	17.76 g	10.96 g	12.08 g	24.56 g	18.10 g	3.07 g	9.14 g	16.10 g	7.07 g	17.70 g	10.97 g	5.10 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
128.65 g	41.53 g	1.64 g	87.91 g	29.98 g	0.96 g	96.73 g	29.98 g	0.60 g	66.12 g	5.76 g	1.66 g	101.46 g	19.20 g	0.40 g	68.95 g	12.00 g	1.90 g	77.38 g	26.07 g	1.04 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(1			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7			1,3,7				
Tízórai	Normál A menü	Normál A menü																				
		Magyaros vajkrémes Zsemle			Toast felvágottas Margarinos Félbarna kenyér			Sonkás kockasajt Kiflivel			Vaníliás táska			Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle			Puding Kiflivel			Sajtos pogácsa		
		Energia: 212.56 Kcal / 888.50 KJ			Energia: 203.81 Kcal / 851.93 KJ			Energia: 169.53 Kcal / 708.64 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1.527.08 KJ			Energia: 212.56 Kcal / 888.50 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 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	10.40 g	4.02 g	1.56 g	7.10 g	5.28 g	3.07 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	5.20 g	8.35 g	3.99 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	2.46 g	13.10 g	3.58 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	31.46 g	0.00 g	0.28 g	23.20 g	0.00 g	0.97 g	19.66 g	0.00 g	1.36 g	28.90 g	0.00 g	0.06 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g		
1,7			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,(7)			1,3,7				
Ebéd	Normál A menü	Normál A menü																				
		Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral			Korhelyleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal Mandarin			Paradicsomleves Betűtésztaival Rántott halfilé szezámmagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyeletes Eatrend burger Sült burgonyával			Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyes vágottal			Erőleves Sertéspaprikás Szarvacska tésztaival		
		Energia: 787.41 Kcal / 3.291.37 KJ			Energia: 574.22 Kcal / 2.400.24 KJ			Energia: 1.082.22 Kcal / 4.523.68 KJ			Energia: 1.033.94 Kcal / 4.321.87 KJ			Energia: 955.03 Kcal / 3.992.03 KJ			Energia: 775.06 Kcal / 3.239.75 KJ			Energia: 994.16 Kcal / 4.155.59 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
		35.17 g	37.07 g	1.96 g	26.19 g	39.26 g	6.46 g	32.44 g	27.02 g	3.18 g	33.56 g	28.32 g	2.64 g	30.62 g	36.64 g	0.00 g	32.41 g	33.55 g	1.78 g	36.70 g	58.80 g	13.68 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
78.90 g	0.01 g	3.99 g	85.73 g	0.02 g	4.74 g	176.24 g	76.43 g	0.89 g	158.02 g	59.94 g	3.33 g	121.37 g	0.00 g	0.00 g	88.81 g	15.99 g	2.65 g	78.29 g	0.00 g	6.85 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,(12)			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(1			1,9,15,(10),(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Normál A menü	Normál A menü																				
		Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Kajszibarackos háromszög Alma			Korpás zsemle Kenőmájassal Kígyóborkával			Bécsi felvágottas Zsemle Margarinnal Salátalevével			Poharas gyümölcsjoghurt Korpás kifli			Sajtkrémes rúd			Kefir Kiflivel		
		Energia: 216.43 Kcal / 904.68 KJ			Energia: 393.37 Kcal / 1.644.29 KJ			Energia: 208.33 Kcal / 870.82 KJ			Energia: 221.37 Kcal / 925.33 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1.221.15 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 175.39 Kcal / 733.13 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
		9.03 g	6.33 g	6.58 g	4.38 g	18.87 g	4.87 g	7.56 g	5.78 g	2.30 g	7.48 g	8.52 g	3.32 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	10.56 g	0.48 g	0.21 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
30.77 g	0.00 g	1.16 g	50.48 g	18.16 g	0.69 g	31.25 g	2.20 g	0.73 g	28.62 g	0.00 g	0.96 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	32.00 g	0.00 g	1.01 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,7			1,7				
Vacsora	Normál A menü	Normál A menü																				
		Meggyes tea Túrótöltelikes gombóc Porcukorral			Almás-fahéjas tea Burgonyás tészta Csemege uborkával			Csipkebogyós tea Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Barackos tea Bácskai rizseshús Céklasalátával			Cseresznyés tea Burgonyafőzelék Sült bécsi virslivel			Epres tea Sertés párizsis Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Diákcsemegés Margarinos Félbarna kenyér Paprikával		
		Energia: 1.284.03 Kcal / 5.367.25 KJ			Energia: 693.89 Kcal / 2.900.46 KJ			Energia: 895.97 Kcal / 3.745.15 KJ			Energia: 919.86 Kcal / 3.845.01 KJ			Energia: 491.51 Kcal / 2.054.51 KJ			Energia: 520.60 Kcal / 2.176.11 KJ			Energia: 460.44 Kcal / 1.924.64 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
		27.91 g	58.83 g	18.92 g	16.85 g	13.30 g	1.73 g	37.25 g	40.19 g	13.16 g	27.90 g	33.77 g	9.63 g	22.42 g	38.41 g	11.62 g	17.05 g	12.59 g	4.93 g	15.41 g	10.39 g	3.97 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
159.09 g	65.94 g	3.55 g	125.11 g	41.97 g	4.88 g	95.04 g	30.01 g	2.13 g	124.48 g	37.97 g	1.57 g	81.84 g	29.98 g	0.44 g	84.44 g	19.99 g	1.04 g	76.03 g	12.00 g	0.75 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,3,15,(12)			1,3,7,(6),(12)			15,(12)			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
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója
- 7-tejfe 10-mustár
- 8-dióf 11-szezámm
- 9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer
- 13-csillagfürt
- 14-puhatestűk
- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65  
 Csoportos adás: tel.: 17(84)08-5-13  
 Adószám: 14883300-4-13  
 Előnévvezető: 14.