

Heti étlap 2024.12.30. - 2025.01.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
eatrend	Reggeli	Normál A menü																				
		Csipkebogys tea Zsíros Rozskenyér Lilahagymával			Tej Mézes Zsemle Margarinnal			Citromos tea Félbarna kenyér Disznósajtjal Paradicsommal			Barackos tea Majonéz tojáskrémes Korpás kenyér			Kakaó Briós			Barackos tea Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Tejeskávé Molnárika		
		Energia: 697.77 Kcal / 2,916.68 KJ			Energia: 551.54 Kcal / 2,305.44 KJ			Energia: 756.63 Kcal / 3,162.71 KJ			Energia: 572.72 Kcal / 2,393.97 KJ			Energia: 480.42 Kcal / 2,008.16 KJ			Energia: 549.08 Kcal / 2,295.15 KJ			Energia: 681.22 Kcal / 2,847.50 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
12.89 g	32.16 g	20.13 g	19.72 g	9.20 g	4.50 g	26.92 g	29.63 g	10.54 g	11.52 g	20.16 g	5.56 g	17.70 g	10.97 g	5.10 g	18.10 g	12.64 g	13.17 g	21.40 g	14.48 g	6.56 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
88.20 g	24.98 g	1.41 g	97.20 g	24.30 g	0.65 g	94.55 g	29.98 g	4.39 g	86.25 g	29.98 g	1.99 g	77.38 g	26.07 g	1.04 g	90.34 g	29.98 g	2.32 g	115.52 g	44.76 g	1.64 g		
1			1,7			1			1,3,7,10,(12)			1,3,7			1,(7)			1,3,7				
Tízórai	Normál A menü	Normál A menü																				
		Natúr vajkrémes Zsemle			Sajtkrémes rúd			Barackleváros Zsemle Margarinnal			Kakaós csiga			Kifli Kockasajttal			Vajas pogácsa			Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle		
		Energia: 212.56 Kcal / 888.50 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 197.26 Kcal / 824.55 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 182.50 Kcal / 762.85 KJ			Energia: 212.56 Kcal / 888.50 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	7.99 g	2.31 g	3.61 g	4.77 g	2.35 g	1.03 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	5.20 g	8.35 g	3.99 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	33.28 g	0.00 g	1.69 g	39.19 g	9.34 g	0.12 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.90 g	0.00 g	0.06 g		
1,7			1,7			1,(7),(12)			1,7,(3)			1,7			1,7,(6),(12)			1,7				
Ebéd	Normál A menü	Normál A menü																				
		Tárkonyos sertésraguleves Mákos tészta			Magyaros zöldbableves Burgonyapüré Fasírtal Alma			Hamis gulyásleves Lencsefőzelék Sült debrecenivel Félbarna kenyérral			Magyaros zöldborsóleves Mézes mustáros sertésragu Párolt rizszel			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Paprikás burgonya Félbarna kenyérral			Jókai bableves Prézlis nudli Baracklevárral Porcukorral			Csontleves Cérametéllel Dubarry sertésszelet Párolt rizszel		
		Energia: 734.87 Kcal / 3,071.76 KJ			Energia: 823.37 Kcal / 3,441.69 KJ			Energia: 1,356.40 Kcal / 5,669.75 KJ			Energia: 893.60 Kcal / 3,735.25 KJ			Energia: 879.73 Kcal / 3,677.27 KJ			Energia: 1,010.64 Kcal / 4,224.48 KJ			Energia: 833.67 Kcal / 3,484.74 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
30.36 g	25.22 g	5.78 g	28.24 g	37.83 g	10.43 g	60.08 g	54.95 g	16.21 g	30.82 g	46.48 g	11.81 g	29.10 g	38.82 g	10.45 g	34.13 g	16.70 g	4.51 g	38.33 g	32.69 g	7.24 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
97.13 g	20.01 g	2.32 g	89.94 g	0.01 g	5.78 g	153.44 g	6.24 g	4.27 g	88.49 g	4.12 g	6.38 g	101.96 g	0.03 g	6.82 g	178.18 g	34.97 g	3.68 g	95.58 g	0.04 g	6.46 g		
1,3,7,9			1,3,7,9			1,7,9,10,(3),(6),(12)			7,9,10,(12)			1,7,9			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Normál A menü	Normál A menü																				
		Meggyes táska			Toast felvágottas Teljes kiörlésű kenyér Margarinnal			Sajtkrémes rúd Zabrudí			Kifli Gyümölcsös joghurttal			Tavaszi felvágott Korpás zsemle Margarinnal			Rácsos túrós táska			Kifli Gyümölcsös joghurttal		
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 185.32 Kcal / 774.64 KJ			Energia: 328.00 Kcal / 1,371.04 KJ			Energia: 384.67 Kcal / 1,607.92 KJ			Energia: 381.19 Kcal / 1,593.37 KJ			Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 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
3.78 g	18.27 g	4.87 g	10.00 g	3.01 g	1.06 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	13.11 g	6.35 g	3.33 g	13.54 g	10.55 g	4.26 g	8.97 g	18.46 g	5.70 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		
39.98 g	18.16 g	0.67 g	29.53 g	0.00 g	0.61 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	68.05 g	12.99 g	1.31 g	57.95 g	0.00 g	1.88 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			1,7				
Vacsora	Normál A menü	Normál A menü																				
		Almás-fahéjas tea Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Eperes tea Félbarna kenyér Sült bécsi vírsíivel Mustárral			Cseresznyés tea Sonkakrémes Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Pulykamell sonkás Zsemle Margarinnal			Eperes-csipkebogys tea Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóuborkával			Meggyes tea Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Málnás tea Olasz felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal		
		Energia: 571.32 Kcal / 2,388.12 KJ			Energia: 451.10 Kcal / 1,885.60 KJ			Energia: 558.01 Kcal / 2,332.48 KJ			Energia: 401.61 Kcal / 1,678.73 KJ			Energia: 586.60 Kcal / 2,451.99 KJ			Energia: 561.07 Kcal / 2,345.27 KJ			Energia: 569.23 Kcal / 2,379.38 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
12.60 g	14.07 g	5.02 g	28.60 g	28.08 g	9.66 g	15.43 g	13.30 g	6.06 g	16.33 g	5.85 g	2.43 g	17.95 g	17.62 g	7.08 g	17.19 g	12.65 g	4.91 g	17.77 g	17.63 g	6.76 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
98.12 g	41.97 g	2.32 g	89.60 g	19.99 g	0.57 g	93.36 g	29.98 g	0.14 g	70.69 g	12.00 g	1.09 g	88.65 g	29.93 g	1.81 g	94.19 g	29.98 g	1.03 g	84.48 g	19.99 g	1.81 g		
1,(7)			1,10,(12)			1,7			1,(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 4-hal 7-tejfe 10-mustár 13-csillagfürt 16-édesgyökér
- 2-rák 5-földimogyoró 8-diófő 11-szezám 14-puhatestűek
- 3-tojás 6-szója 9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
 Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Fesi út 65.
 Csoportos adózás: 17783-005-5-13
 Adószám: 14893404-13
 14.
 Élclmezésvezető