

Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap			
eatrend	Reggeli	Normál A menü																					
		Téli varázslat tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával			Tej Kifli Varázsszívószál			Vadmeggyes tea Barackos túrókrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kalács			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával			Citromos tea Baracklekváros Kifli Margarinnal			Tej Kakaós csiga			
		Energia: 759.28 Kcal / 3,173.79 KJ			Energia: 364.15 Kcal / 1,522.15 KJ			Energia: 468.30 Kcal / 1,957.49 KJ			Energia: 690.18 Kcal / 2,884.95 KJ			Energia: 560.45 Kcal / 2,342.68 KJ			Energia: 462.39 Kcal / 1,932.79 KJ			Energia: 528.67 Kcal / 2,209.84 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	
		12.49 g	31.22 g	11.45 g	18.43 g	5.32 g	2.64 g	14.81 g	3.99 g	1.47 g	24.63 g	17.15 g	7.66 g	10.25 g	18.46 g	6.81 g	7.93 g	4.61 g	2.00 g	16.54 g	28.02 g	10.50 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
106.01 g	41.97 g	0.00 g	66.72 g	0.00 g	1.22 g	92.55 g	32.98 g	0.19 g	108.73 g	23.38 g	1.65 g	87.50 g	30.78 g	1.44 g	96.98 g	48.67 g	0.94 g	51.94 g	11.80 g	1.14 g			
1			1,6,7			1,7			1,3,7			1,3,4,7,10			1,(7),(12)			1,7,(3)					
Ebéd	Normál A menü	Normál A menü																					
		Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizssel			Frankfurti leves Sajtos-tejfölös tészta Alma			Citromos almaleves Zöldfűszeres Csirkemell, Burgonyapüré			Tejfölös zöldbableves Tarhonyáshús Céklasalátával			Tojásleves Zöldborsó főzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral			Sertésraguleve Túrós derelye Porcukorral			Magyaros karalábéleves Borsos tokány Orsó tésztával Vegyes vágottal			
		Energia: 1,136.61 Kcal / 4,751.03 KJ			Energia: 741.17 Kcal / 3,098.09 KJ			Energia: 635.14 Kcal / 2,654.89 KJ			Energia: 965.54 Kcal / 4,035.96 KJ			Energia: 803.43 Kcal / 3,358.34 KJ			Energia: 394.18 Kcal / 1,647.67 KJ			Energia: 847.31 Kcal / 3,541.76 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	
		34.30 g	63.48 g	16.97 g	32.16 g	38.24 g	17.24 g	35.72 g	14.09 g	4.30 g	38.38 g	42.35 g	11.84 g	26.47 g	28.64 g	4.23 g	15.87 g	14.20 g	2.57 g	39.02 g	37.07 g	11.21 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
106.29 g	0.02 g	5.49 g	88.61 g	0.05 g	2.74 g	96.65 g	23.21 g	5.35 g	106.52 g	8.05 g	3.34 g	110.03 g	30.10 g	3.30 g	44.97 g	10.04 g	3.71 g	89.15 g	0.05 g	5.02 g			
1,7,9			1,7,(3),(6),(9),(12)			1,7,(10)			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,9,15,(10),(12)					
Vacsora	Normál A menü	Normál A menü																					
		Barackos tea Sárgaborsófőzelék Sült bécsi virslivel			Epres tea Sertéspaprikás Szarvacska tésztával Csemege uborkával			Erdei gyümölcsös tea Milánói makaróni Reszelt sajttal			Almás-fahéjas tea Sajtkrémes rúd			Almás-fahéjas tea Rakott karfiol			Barackos tea Fokhagymás felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Kígyóuborkával			Csipkebugyós tea Kenőmájásos Félbarna kenyér Lilahagymával			
		Energia: 508.37 Kcal / 2,124.99 KJ			Energia: 1,001.18 Kcal / 4,184.93 KJ			Energia: 774.25 Kcal / 3,236.37 KJ			Energia: 498.95 Kcal / 2,085.61 KJ			Energia: 858.35 Kcal / 3,587.90 KJ			Energia: 555.98 Kcal / 2,324.00 KJ			Energia: 567.38 Kcal / 2,371.65 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	
		32.62 g	37.56 g	10.84 g	37.24 g	49.12 g	12.70 g	41.55 g	32.11 g	9.14 g	16.24 g	4.67 g	7.22 g	27.36 g	39.79 g	13.38 g	14.33 g	17.19 g	6.72 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	Szénhidrát	Cukor	Só
78.47 g	29.98 g	0.02 g	101.19 g	19.99 g	3.48 g	78.72 g	17.00 g	6.13 g	108.55 g	41.97 g	3.38 g	96.47 g	41.97 g	3.35 g	85.61 g	34.93 g	3.21 g	95.91 g	24.98 g	0.46 g			
1			1,3,7,15,(12)			1,3,7			1,7			1,7			1,(7)			1,(6),(7),(10)					

Az étlanváltatás íogát 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-csillagfűrt 16-édesgyökér
2-rák 5-földimogyoró 8-dióf 11-szezám 14-puhatestűek
3-tojás 6-szója 9-zelle 12-kéndioxid-szuli 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos áruvétel: 17 824 405-5-13
Eljuttatás: 469 3860 4-13
14.