


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap					
 Reggeli	Normál A menü	Tea barackos Sárgarépas sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó Kifli	Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Póréhagymakarikával	Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Tej Túró rudi krémes Korpás kenyér	Meggyes tea Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal	Maci kávé Molnárika					
		Energia: 499.96 Kcal / 2,089.83 KJ	Energia: 424.96 Kcal / 1,776.33 KJ	Energia: 541.46 Kcal / 2,263.30 KJ	Energia: 599.10 Kcal / 2,504.24 KJ	Energia: 470.50 Kcal / 1,966.69 KJ	Energia: 552.25 Kcal / 2,308.41 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					
		13.32 g 14.87 g 6.66 g	18.00 g 5.09 g 2.66 g	9.84 g 16.88 g 7.73 g	12.98 g 20.81 g 8.10 g	23.16 g 8.17 g 4.06 g	16.65 g 12.51 g 4.91 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					
77.48 g 19.99 g 0.69 g	76.50 g 14.99 g 1.22 g	86.78 g 29.98 g 1.41 g	89.14 g 30.97 g 1.20 g	75.51 g 3.54 g 1.82 g	92.84 g 29.98 g 1.03 g	115.52 g 45.36 g 1.64 g							
1,7		1,7		1,7		1,3,7,10,(12)		1,7,(5),(8)		1,(7)		1,3,7	
Ebéd	Normál A menü	Paradicsomleves Betűtésztaval Csikós tokány Párolt rizzsel	Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült bécsi virsliel Félbarna kenyérral	Lencseleves Dejős tészta Alma	Póréhagyma krémleves Pirított kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel	Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal	Tárkonyos sertésraguleves Lekváros fánk	Kertészleves Fokhagymás sertéssült Petrezselymes burgonyával Káposztasalátával					
		Energia: 1,232.84 Kcal / 5,153.27 KJ	Energia: 766.76 Kcal / 3,205.06 KJ	Energia: 878.55 Kcal / 3,672.34 KJ	Energia: 637.96 Kcal / 2,666.67 KJ	Energia: 970.62 Kcal / 4,057.19 KJ	Energia: 1,224.69 Kcal / 5,119.20 KJ	Energia: 663.94 Kcal / 2,775.27 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					
		31.76 g 52.09 g 13.81 g	40.35 g 50.39 g 13.05 g	35.68 g 21.99 g 3.07 g	34.72 g 24.03 g 6.77 g	40.27 g 41.31 g 16.28 g	33.15 g 65.18 g 12.14 g	31.50 g 23.86 g 5.85 g					
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só					
157.71 g 59.94 g 5.09 g	107.51 g 29.98 g 3.14 g	132.86 g 20.98 g 1.76 g	57.08 g 0.03 g 6.38 g	114.81 g 30.50 g 3.69 g	126.00 g 32.40 g 3.53 g	80.44 g 15.58 g 5.88 g							
1,3,7,9		1,3,7		1,3,7,8,10,(5),(12)		1,7,(3),(6),(10),(12)		1,3,4,7,9,(6),(12)		1,3,7,9,(12)		9,(1),(7),(10)	
Vacsora	Normál A menü	Gyümölcsös tea Gombapaprikás Galuskával	Gyümölcsös tea Kenyér lángos	Gyümölcsös tea Rakott burgonya Csemege uborkával	Gyümölcsös tea Budapest sertésragu Szarvacska tésztával	Gyümölcsös tea Kelkáposzta főzelék Fasírttal	Almás-fahéjas tea Zala felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával	Barackos tea Olasz felvágottas Natúr vajkrémes Zsemle					
		Energia: 758.47 Kcal / 3,170.40 KJ	Energia: 638.99 Kcal / 2,670.98 KJ	Energia: 869.73 Kcal / 3,635.47 KJ	Energia: 869.39 Kcal / 3,634.05 KJ	Energia: 733.44 Kcal / 3,065.78 KJ	Energia: 602.72 Kcal / 2,519.37 KJ	Energia: 683.09 Kcal / 2,855.32 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					
		25.93 g 20.01 g 3.42 g	23.98 g 18.28 g 7.44 g	28.91 g 38.93 g 13.19 g	36.05 g 35.59 g 8.60 g	26.97 g 37.01 g 9.02 g	17.93 g 11.68 g 4.83 g	16.40 g 29.12 g 12.57 g					
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só					
117.95 g 19.99 g 5.48 g	93.92 g 20.69 g 2.68 g	98.65 g 19.99 g 12.33 g	100.01 g 19.99 g 2.41 g	71.81 g 19.99 g 3.18 g	105.98 g 42.16 g 0.93 g	87.92 g 29.98 g 1.81 g							
1,3,7		1,7		1,3,7,15,(12)		1,3		1,3		1,(7)		1,7	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejte 10-mustár	13-csillagfürt	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 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 177824025-13
 Előrehozott 4693560-4-13
 14.