


Heti étlap 2024.07.15. - 2024.07.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap																																										
 <b>eatrend</b>  Reggeli	Normál A menü	Tej Mézes Margarinos Félbarna kenyér			Narancsos limonádé Diákcsemegés Margarinos Korpás kenyér Paradicsommal			Barackos tea Padlizsánkrémes Zsemle			Limonádé Majonéz tojáskenyér Rozskenyér			Kakaó Molnárika			Almás-fahéjas tea Csirkemellsonkás Margarinos Korpás kenyér Paprikával			Csipkebogyós tea Császár szalonna Félbarna kenyér Lilahagymával																																										
		Energia: 588.70 Kcal / 2,460.77 KJ			Energia: 405.40 Kcal / 1,694.57 KJ			Energia: 581.32 Kcal / 2,429.92 KJ			Energia: 543.57 Kcal / 2,272.12 KJ			Energia: 581.08 Kcal / 2,428.91 KJ			Energia: 515.25 Kcal / 2,153.75 KJ			Energia: 846.41 Kcal / 3,537.99 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																																								
		22.08 g	9.70 g	4.60 g	11.39 g	9.86 g	3.63 g	11.08 g	20.05 g	7.93 g	15.29 g	21.56 g	14.60 g	21.66 g	14.51 g	6.58 g	15.38 g	5.95 g	2.17 g	17.90 g	45.09 g	16.96 g																																								
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát																																									
102.96 g			24.30 g			0.53 g			67.52 g			10.13 g			2.16 g			88.32 g			29.98 g			1.14 g			71.78 g			9.99 g			1.99 g			90.48 g			19.79 g			1.64 g			99.65 g			41.97 g			2.37 g			91.08 g			24.98 g			2.11 g		
1,7		1,(7)		1,3,7,10,(12)		1,3,7,10,(12)		1,3,7		1,(7)		1		1,7		1		1		1																																										
Tízórai	Normál A menü	Toast felvágottas Margarinos Félbarna kenyér			Pulykamell sonkás Margarinos Zsemle			Kockasajt Kifli			Sajtos pogácsa			Vaníliakrémes rúd			Tepertős pogácsa			Kefir Kiflivel																																										
		Energia: 203.81 Kcal / 851.93 KJ			Energia: 176.00 Kcal / 735.68 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 301.16 Kcal / 1,258.85 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																																								
		10.40 g	4.02 g	1.57 g	8.10 g	2.91 g	1.21 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	4.06 g	21.61 g	5.91 g	10.56 g	0.48 g	0.21 g																																								
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát																																									
31.46 g			0.00 g			0.29 g			29.34 g			0.00 g			0.54 g			23.30 g			0.00 g			1.11 g			13.48 g			0.00 g			0.79 g			19.66 g			0.00 g			1.38 g			22.25 g			0.00 g			1.30 g			32.00 g			0.00 g			1.01 g		
1,(7)		1,(7)		1,7		1,3,7		1,3,7		1,7,(3),(6),(12)		1,(3),(7)		1,7		1,7		1,7																																												
Ebéd	Normál A menü	Vajgaluskaleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel			Füstölt sajtos Karfiolkremleves Levesgyönggyel Sertéspörkölt Tarhonya körettel			Paradicsomleves Betűtészta Hafalsírt Burgonyapürével			Fejtett bableves Félbarna kenyérrrel Meggyes Kakaós piskótakocka Őszibarack			Csontleves Cémmetéllel Sült bécsi virsli Zöldborsó főzelékkel Félbarna kenyérrrel			Bakonyi betyárgulyás Morzsás nudli Lekvárral Porcukorral			Kertészleves Lecsós sertésszelet Párolt rizszel																																										
		Energia: 916.17 Kcal / 3,829.59 KJ			Energia: 1,014.66 Kcal / 4,241.28 KJ			Energia: 1,195.39 Kcal / 4,996.73 KJ			Energia: 1,227.54 Kcal / 5,131.12 KJ			Energia: 754.55 Kcal / 3,154.02 KJ			Energia: 1,207.81 Kcal / 5,048.65 KJ			Energia: 795.69 Kcal / 3,325.98 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																																								
		28.92 g	49.78 g	12.09 g	41.45 g	49.55 g	13.69 g	36.93 g	38.71 g	8.14 g	29.16 g	30.25 g	1.42 g	40.23 g	45.73 g	12.02 g	34.37 g	19.72 g	4.25 g	31.60 g	39.46 g	8.41 g																																								
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát																																									
86.90 g			0.02 g			5.76 g			99.82 g			0.32 g			2.21 g			172.28 g			76.92 g			10.71 g			208.35 g			0.02 g			2.14 g			115.06 g			30.01 g			3.59 g			218.42 g			64.89 g			4.09 g			77.62 g			0.05 g			4.61 g		
1,3,7,9		1,3,7,9,(6),(10),(11)		1,3,4,7,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,7,9,(12)		9																																														
Uzsonna	Normál A menü	Turista felvágottas Margarinos Korpás zsemle Paprikával			Vaníliakrémes rúd Alma			Toast felvágottas Margarinos Félbarna kenyér kigyóuborkával			Sajtos rúd			Baromfi párizsis Margarinos Korpás zsemle Jégscapretekkel			Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle			Sajtos pogácsa																																										
		Energia: 215.86 Kcal / 902.29 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ			Energia: 206.16 Kcal / 861.75 KJ			Energia: 199.42 Kcal / 833.56 KJ			Energia: 199.36 Kcal / 833.32 KJ			Energia: 212.56 Kcal / 888.50 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																																								
		7.98 g	7.45 g	2.85 g	12.31 g	27.06 g	10.07 g	10.60 g	4.04 g	1.71 g	9.68 g	2.80 g	4.38 g	7.30 g	6.01 g	2.40 g	5.20 g	8.35 g	4.00 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g																																								
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát																																									
29.16 g			0.00 g			1.20 g			30.16 g			0.00 g			1.40 g			31.80 g			2.20 g			0.28 g			34.00 g			0.00 g			2.04 g			29.06 g			3.12 g			1.03 g			28.90 g			0.00 g			0.07 g											
1,(7)		1,7,(3),(6),(12)		1,(7)		1,7,(3),(6),(8),(11),(1)		1,(7)		1,7		1,7		1,7		1,7		1,7		1,3,7																																										
Vacsora	Normál A menü	Barackos tea Túrótöltelékes gombóc Porcukorral			Erdei gyümölcsös tea Óvári sertésszelet Petrezselymes burgonyával			Cseresznyés tea Milánói spagetti Reszelt sajttal			Gyümölcsös tea Sárgaborsófőzelék Sült debrecenivel			Citromos tea Rántott csirkemell Tört burgonyával			Cseresznyés tea Zala felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal			Meggyes tea Füstölt kolbászos Margarinos Félbarna kenyér																																										
		Energia: 1,326.49 Kcal / 5,544.73 KJ			Energia: 786.13 Kcal / 3,286.02 KJ			Energia: 816.48 Kcal / 3,412.89 KJ			Energia: 826.14 Kcal / 3,453.27 KJ			Energia: 1,044.81 Kcal / 4,367.31 KJ			Energia: 557.75 Kcal / 2,331.40 KJ			Energia: 485.19 Kcal / 2,028.09 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																																								
		28.30 g	58.90 g	18.92 g	45.22 g	35.82 g	10.31 g	39.20 g	28.45 g	8.13 g	35.83 g	44.90 g	13.26 g	37.03 g	49.82 g	6.02 g	17.88 g	11.71 g	4.51 g	14.99 g	10.31 g	4.08 g																																								
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát																																									
169.09 g			75.93 g			3.55 g			69.95 g			12.00 g			6.42 g			99.83 g			34.98 g			3.92 g			68.59 g			19.99 g			3.38 g			109.76 g			29.98 g			3.30 g			94.81 g			29.98 g			0.93 g			82.82 g			19.99 g			0.68 g		
1,7,(3),(6),(12)		1,7		1,7,(3)		1		1,3		1,7		1,(7)		1,(7)		1,(7)		1,(7)																																												

Az étlanváltoztatás 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-puhatestiek
- 3-tojás      6-szója      9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer

Jóétvágyat kívánunk!  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pestú út 65  
 Csoportos rendelés: 17783498-5-13  
 Elmezős: 44893560-4-13  
 14.