


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|----------------------|--|----------------------|---------|---|------------------|---------|---|---------|--------|---|--------------|---------|---|---------|--------|
|  eatrend Tízórai | (00029) Iskola felső | Csokis tej Kifli | | | Barackos tea Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér | | | Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal | | | Tej Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal | | | Citromos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér | | |
| | | Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ | | | Energia: 374.48 Kcal / 1,565.33 KJ | | | Energia: 302.43 Kcal / 1,264.16 KJ | | | Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 KJ | | | Energia: 367.81 Kcal / 1,537.45 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 10.57 g | 3.29 g | 1.73 g | 7.37 g | 13.02 g | 10.61 g | 7.09 g | 9.27 g | 3.32 g | 16.28 g | 10.74 g | 5.92 g | 7.03 g | 14.20 g | 5.41 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 54.22 g | 19.98 g | 0.68 g | 56.40 g | 24.98 g | 1.58 g | 47.41 g | 19.99 g | 1.36 g | 39.50 g | 0.00 g | 1.43 g | 52.46 g | 20.58 g | 0.03 g | | |
| 1,7 | | | 1,7 | | | 1,(7) | | | 1,7 | | | 1,3,4,7,10 | | | | |
| Ebéd | (00029) Iskola felső | Erőleves Cérametéllel Zöldborsófőzelék Fasírttal | | | Almás-fahéjas szilvaleves Tarhonyás hús Vegyes vágottal | | | Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szórattal | | | Póréhagyma krémleves Pírtott kenyérekockával Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel Alma | | | Szárzabbaleves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyszósszal Szaloncukor | | |
| | | Energia: 796.04 Kcal / 3,327.45 KJ | | | Energia: 627.06 Kcal / 2,621.11 KJ | | | Energia: 589.21 Kcal / 2,462.90 KJ | | | Energia: 756.49 Kcal / 3,162.13 KJ | | | Energia: 996.04 Kcal / 4,163.45 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 27.92 g | 42.60 g | 8.68 g | 23.39 g | 25.44 g | 3.59 g | 27.89 g | 26.03 g | 8.58 g | 49.10 g | 28.22 g | 5.42 g | 21.21 g | 27.30 g | 4.29 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 75.57 g | 19.98 g | 1.86 g | 77.18 g | 11.39 g | 1.61 g | 60.04 g | 2.05 g | 2.21 g | 63.90 g | 0.31 g | 4.93 g | 164.65 g | 70.44 g | 2.04 g | | |
| 1,3,7,9 | | | 1,3,7,9,15,(10),(12) | | | 1,3,7,9,(6),(12) | | | 1,7,9 | | | 1,3,7,9,(12) | | | | |
| Uzsonna | (00029) Iskola felső | Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával | | | Sonkás-sajtos pizzaszelet | | | Puding Kiflivel Mandarin | | | Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal | | | Sertés párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával | | |
| | | Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 KJ | | | Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ | | | Energia: 156.17 Kcal / 652.79 KJ | | | Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ | | | Energia: 224.72 Kcal / 939.33 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 10.09 g | 12.08 g | 4.38 g | 15.74 g | 11.09 g | 4.91 g | 4.46 g | 0.58 g | 0.10 g | 8.81 g | 11.59 g | 4.47 g | 8.69 g | 7.92 g | 3.09 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 29.27 g | 0.00 g | 1.40 g | 26.13 g | 3.03 g | 2.02 g | 32.60 g | 0.00 g | 0.41 g | 28.59 g | 0.00 g | 1.38 g | 29.61 g | 0.00 g | 1.25 g | | |
| 1,(7) | | | 1,3,7 | | | 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-tejtermék,laktóz | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó Étrendi Kifliünk!
 2730 Albertirsa, Pest út 65
 Csoportos adás szám: 17783408-5-13
 Adószám: 14892860-1-13
 Élelmezésvezető