


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|-----------------------------------|--|---------|----------|--|----------|----------|--|-----------------|----------|--|------------|----------|---|---------|----------|
|  Tízórai | Iskola alsós 7-10 éves | Téli varázslat tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával | | | Tej Kifli | | | Meggyes tea Vaníliás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér | | | Kakaó Kalács | | | Citromos tea Majonézes tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával | | |
| | | Energia: 354.75 Kcal / 1,482.86 KJ | | | Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ | | | Energia: 257.59 Kcal / 1,076.73 KJ | | | Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ | | | Energia: 302.75 Kcal / 1,265.50 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 6.74 g | 10.72 g | 3.88 g | 10.56 g | 3.28 g | 1.73 g | 8.05 g | 2.09 g | 0.77 g | 14.15 g | 9.34 g | 4.25 g | 5.28 g | 9.27 g | 3.40 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 57.33 g | 24.98 g | 0.00 g | 33.40 g | 0.00 g | 0.68 g | 51.23 g | 22.39 g | 0.09 g | 59.52 g | 14.19 g | 0.90 g | 49.12 g | 20.38 g | 0.72 g | | |
| 1 | | | 1,7 | | | 1,7,(12) | | | 1,3,7 | | | 1,3,4,7,10 | | | | |
| Ebéd | Iskola alsós 7-10 éves | Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel | | | Májgaluska leves Sajtos-tejfölös tészta Alma | | | Citromos almaleves Stefánia vagdalt Burgonyapürével | | | Tejfölös zöldbabeles Tarhonyáshús Céklasalátával | | | Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral | | |
| | | Energia: 862.34 Kcal / 3,604.58 KJ | | | Energia: 564.07 Kcal / 2,357.81 KJ | | | Energia: 648.48 Kcal / 2,710.65 KJ | | | Energia: 642.28 Kcal / 2,684.73 KJ | | | Energia: 505.01 Kcal / 2,110.94 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 23.23 g | 48.04 g | 11.77 g | 23.02 g | 20.30 g | 9.51 g | 23.57 g | 27.38 g | 8.96 g | 24.84 g | 28.30 g | 7.90 g | 24.51 g | 32.81 g | 7.56 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 83.74 g | 0.02 g | 2.83 g | 72.18 g | 0.03 g | 1.44 g | 80.67 g | 11.99 g | 4.16 g | 71.29 g | 4.83 g | 2.14 g | 63.26 g | 12.00 g | 2.01 g | | |
| 1,7,9 | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,7 | | | 1,3,7,9,15,(12) | | | 1,3,7,9 | | | | |
| Uzsonna | Iskola alsós 7-10 éves | Csokoládékrém rúd | | | Olasz felvágott Graham kenyér Margarinnal | | | Margarinos Zsemle Sajt szelettel Kígyóuborkával | | | Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal | | | Korpás kifli Gyümölcsös joghurttal | | |
| | | Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ | | | Energia: 244.26 Kcal / 1,021.01 KJ | | | Energia: 228.55 Kcal / 955.34 KJ | | | Energia: 193.87 Kcal / 810.38 KJ | | | Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 11.71 g | 26.46 g | 10.07 g | 8.80 g | 8.76 g | 3.19 g | 10.29 g | 7.71 g | 4.67 g | 9.46 g | 3.64 g | 5.60 g | 10.93 g | 6.56 g | 3.20 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 19.66 g | 0.00 g | 1.38 g | 32.46 g | 0.00 g | 1.93 g | 29.44 g | 3.85 g | 0.53 g | 30.78 g | 0.00 g | 1.19 g | 46.73 g | 12.99 g | 1.05 g | | |
| 1,7,(3),(6),(8),(11),(12) | | | 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-tejtermék,laktóz | 10-mustár | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adatszám: 17783408-5-13
 Adatszám: 14893560-4-13
8.....
Élelmezésvezető