

Heti étlap 2024.12.30. - 2025.01.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>eatrend</b>	<b>Reggeli</b>	Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Tej Mézes Zsemle Margarinnal			Citromos tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér			Barackos tea Majonézes tojáskrémes Korpás kenyér Paradicsommal			Kakaó Briós			Barackos tea Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Maci kávé Molnárika		
		Energia: 697.77 Kcal / 2,916.68 KJ			Energia: 551.54 Kcal / 2,305.44 KJ			Energia: 583.34 Kcal / 2,438.36 KJ			Energia: 581.48 Kcal / 2,430.59 KJ			Energia: 480.42 Kcal / 2,008.16 KJ			Energia: 549.08 Kcal / 2,295.15 KJ			Energia: 681.22 Kcal / 2,847.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		12.89 g	32.16 g	20.13 g	19.72 g	9.20 g	4.50 g	13.38 g	18.21 g	16.77 g	11.92 g	20.24 g	5.58 g	17.70 g	10.97 g	5.10 g	18.10 g	12.64 g	13.17 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
88.20 g	24.98 g	1.41 g	97.20 g	24.30 g	0.65 g	90.67 g	29.98 g	1.41 g	87.85 g	29.98 g	2.00 g	77.38 g	26.07 g	1.04 g	90.34 g	29.98 g	2.32 g	115.52 g	44.76 g	1.64 g		
1		1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7			1,(7)			1,3,7					
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt</b>	Tárkonyos sertésraguleves  Pozsonyi kocka			Magyaros zöldborsóleves  Stefánia vagdalt Burgonyapürével Alma			Hamis gulyásleves  Lencsefőzelék Sült debrecenivel Félbarna kenyérral			Magyaros zöldborsóleves  Mézes-mustáros sertésragu Párolt rizszel			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával  Paprikás burgonya Csemege uborkával			Bográcsgulyás  Morzsás nudli Baracklevárral Porcukorral			Csontleves Cérametéttel  Dubarry sertészelet Párolt rizszel		
		Energia: 1,089.83 Kcal / 4,555.49 KJ			Energia: 949.05 Kcal / 3,967.03 KJ			Energia: 1,395.60 Kcal / 5,833.61 KJ			Energia: 932.80 Kcal / 3,899.10 KJ			Energia: 738.32 Kcal / 3,086.18 KJ			Energia: 920.11 Kcal / 3,846.06 KJ			Energia: 833.67 Kcal / 3,484.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		40.09 g	33.09 g	6.61 g	36.32 g	42.75 g	12.44 g	61.78 g	55.45 g	16.30 g	32.52 g	46.98 g	11.90 g	23.82 g	38.32 g	10.27 g	32.65 g	12.77 g	2.58 g	38.33 g	32.69 g	7.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
157.98 g	49.69 g	3.49 g	102.10 g	0.01 g	6.60 g	160.37 g	6.24 g	4.34 g	95.42 g	4.12 g	6.45 g	73.18 g	0.03 g	9.22 g	165.46 g	34.91 g	3.23 g	95.58 g	0.04 g	6.46 g		
1,3,7,8,9,(5),(12)		1,3,7,9			1,3,7,9,10,(6),(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,7,9,15,(12)			1,3,(12)			1,3,7,9					
<b>Uzsonna</b>	<b>Felnőtt</b>	Csokoládékrémes rúd			Toast felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Sajtkrémes rúd Zabrudival			Gyümölcsös joghurt Kíffivel			Tavaszi felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Uborkával			Natúr sajtkrémes Zsemle Paprikával			Kefír Kíffivel		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 205.18 Kcal / 857.65 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 213.05 Kcal / 890.55 KJ			Energia: 256.95 Kcal / 1,074.05 KJ			Energia: 175.39 Kcal / 733.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	12.64 g	3.26 g	1.67 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	8.15 g	6.78 g	2.94 g	6.77 g	12.01 g	7.00 g	10.56 g	0.48 g	0.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	31.28 g	0.00 g	0.47 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	29.81 g	3.85 g	1.14 g	30.15 g	0.00 g	0.41 g	32.00 g	0.00 g	1.01 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(1)		1,(7)			1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,7					
<b>Vacsora</b>	<b>Felnőtt</b>	Rakott zöldbab			Sült bécsi virsli Félbarna kenyérral Ketchuppal Mustárral			Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Mákos tészta			Zúzapörkölt Galuskával Félbarna kenyérral			Meggyes tea Sertés párzsis Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Málnás tea Olasz felvágottas Félbarna kenyér Natúr vajkrémmel Paradicsommal		
		Energia: 685.40 Kcal / 2,864.97 KJ			Energia: 360.41 Kcal / 1,506.51 KJ			Energia: 452.55 Kcal / 1,891.66 KJ			Energia: 532.27 Kcal / 2,224.89 KJ			Energia: 970.99 Kcal / 4,058.74 KJ			Energia: 561.07 Kcal / 2,345.27 KJ			Energia: 686.55 Kcal / 2,869.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		29.00 g	32.33 g	10.41 g	27.94 g	27.15 g	9.66 g	16.08 g	14.44 g	5.40 g	17.70 g	15.35 g	3.15 g	45.34 g	17.32 g	3.49 g	17.19 g	12.65 g	4.91 g	18.77 g	29.63 g	12.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68.44 g	0.00 g	3.27 g	69.90 g	2.10 g	0.62 g	64.42 g	0.00 g	0.93 g	80.19 g	19.98 g	0.65 g	157.25 g	0.00 g	4.16 g	94.19 g	29.98 g	1.03 g	85.28 g	19.99 g	1.70 g		
1,7		1,10,(12)			1,(7)			1,3			1,3			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-szulfid    15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
 2150 Albertirsai, Pesti út 65.  
 Cégjegyzéki szám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

Élelmézszevető