

Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap																																										
eatrend	Reggeli	Tea barackos Sárgarépás sajtvárászkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli			Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Alma			Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóborkával			Tej Túró rudi krémes Korpás kenyér			Meggyes tea Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal			Maci kávé Molnárka																																										
		Energia: 499.96 Kcal / 2,089.83 KJ			Energia: 424.96 Kcal / 1,776.33 KJ			Energia: 586.27 Kcal / 2,450.61 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																								
		13.32 g	14.87 g	6.66 g	18.00 g	5.09 g	2.66 g	10.00 g	17.42 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			96.02 g			29.98 g			1.43 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	Felnőtt	Paradisomleves Betűtésztaival Rakott karfiol rizzsel			Tojásleves Tejszínes-gombás csirkemellragu Szarvacska tésztával			Lencseleves Lekváros bukta			Póréhagymakrémleves Pirított kenyérkockával Mediterrán csirke Párolt rizzsel			Citromos almaleves Tefjölös zöldbabfőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrel			Tárkonyos sertésraguleves Mákos nudli Porcukorral			Kertészleves Fokhagymás sertéssült Petrezselymes burgonyával Csemege uborkával																																										
		Energia: 1,063.12 Kcal / 4,443.84 KJ			Energia: 759.42 Kcal / 3,174.38 KJ			Energia: 919.90 Kcal / 3,845.18 KJ			Energia: 790.92 Kcal / 3,306.05 KJ			Energia: 898.67 Kcal / 3,756.44 KJ			Energia: 948.25 Kcal / 3,963.69 KJ			Energia: 619.01 Kcal / 2,587.46 KJ																																										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																								
		32.21 g	41.96 g	11.94 g	49.44 g	25.90 g	6.32 g	32.27 g	21.88 g	4.93 g	43.87 g	26.99 g	7.74 g	34.18 g	40.96 g	12.87 g	34.24 g	36.28 g	7.46 g	31.78 g	24.00 g	5.88 g																																								
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																								
137.79 g			59.94 g			4.48 g			82.79 g			0.01 g			4.11 g			147.40 g			33.20 g			1.90 g			92.34 g			0.13 g			5.88 g			103.73 g			22.98 g			3.21 g			118.57 g			20.00 g			3.33 g			68.93 g			0.59 g			6.34 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,7			1,3,7,9			1,3,9,15,(7),(10),(12)																																												
Uzsonna	Felnőtt	Vaníliakrémes táska			Diákcsemegés Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Sajtos pogácsa			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal			Kifli Kockasajttal			Burgonyás pogácsa			Kefir Korpás kiffivel																																										
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 196.75 Kcal / 822.42 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 187.06 Kcal / 781.91 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 192.14 Kcal / 803.15 KJ																																										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	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	6.64 g	6.25 g	2.26 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	9.80 g	3.19 g	1.30 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	12.14 g	0.97 g	0.18 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			28.46 g			0.00 g			1.23 g			13.48 g			0.00 g			0.79 g			29.76 g			0.00 g			0.76 g			23.80 g			0.00 g			1.81 g			13.48 g			0.00 g			0.79 g			33.48 g			0.00 g			1.16 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,7			1,(7)			1,7			1,(3),(7)			1,7																																												
Vacsora	Felnőtt	Csikós tokány Párolt rizzsel			Sonkás kenyér lángos			Rakott burgonya Céklasalátával			Budapest sertésragu Szarvacska tésztával			Fánk Baracklekvárral Porcukorral			Almás-fahéjas tea Teptőkrémes Félbarna kenyér Margarinnal Póréhagymakarikával			Barackos tea Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Paradisommal																																										
		Energia: 857.12 Kcal / 3,582.76 KJ			Energia: 557.40 Kcal / 2,329.93 KJ			Energia: 837.86 Kcal / 3,502.25 KJ			Energia: 787.80 Kcal / 3,293.00 KJ			Energia: 960.11 Kcal / 4,013.26 KJ			Energia: 748.65 Kcal / 3,129.36 KJ			Energia: 576.60 Kcal / 2,410.19 KJ																																										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																								
		26.65 g	49.87 g	13.54 g	23.85 g	18.25 g	7.44 g	29.49 g	38.90 g	13.19 g	35.92 g	35.56 g	8.60 g	15.71 g	51.16 g	8.36 g	16.17 g	28.34 g	10.47 g	16.60 g	14.54 g	5.40 g																																								
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																								
74.40 g			0.00 g			3.92 g			73.92 g			0.70 g			2.68 g			89.96 g			13.89 g			11.16 g			80.01 g			0.00 g			2.41 g			108.52 g			32.38 g			1.26 g			106.37 g			41.97 g			0.18 g			94.42 g			29.98 g			0.93 g		
1,7			1,7			1,3,7,15,(12)			1,3			1,3,7,(12)			1,10,(7),(12)			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-szulfít 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Kft.
2150 Albertirsa, Pest út 65.
Cégjegyzéki szám: 17783408-5-13
Adószám: 14893560-4-13
23.
Élelmézsvezető