

Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
eatrend	Reggeli	Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal																				
		Vanília tej Kifli																				
		Barackos tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal																				
		Erdei gyümölcsös tea Tönhalkrém Korpás kenyér Paprikával																				
		Tej Bríos																				
Cseresznyés tea Toast felvágottas Rozskenyér Natúr vajkrémel Paprikával																						
Tejeskávé Kalács																						
		Energia: 521.54 Kcal / 2,180.04 KJ			Energia: 447.92 Kcal / 1,872.31 KJ			Energia: 502.06 Kcal / 2,098.61 KJ			Energia: 539.53 Kcal / 2,255.24 KJ			Energia: 419.61 Kcal / 1,753.97 KJ			Energia: 653.84 Kcal / 2,733.05 KJ			Energia: 790.32 Kcal / 3,303.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		17.65 g	18.54 g	15.42 g	17.73 g	5.07 g	2.64 g	13.16 g	12.10 g	4.55 g	9.92 g	24.80 g	5.93 g	17.42 g	10.94 g	5.08 g	22.90 g	21.17 g	17.74 g	24.37 g	17.12 g	7.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		70.37 g	9.99 g	3.20 g	82.32 g	19.98 g	1.22 g	84.80 g	29.98 g	2.43 g	68.34 g	12.00 g	1.47 g	62.38 g	11.08 g	1.04 g	92.03 g	29.98 g	1.86 g	133.77 g	48.35 g	1.65 g
		1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7			1,7			1,3,7		
	Ebéd	Tejfőles zöldborsóleves																				
		Kelkáposzta főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral																				
		Brokkolikrémleves Pirított kenyérkockával																				
		Legényfogóleves Darafeljűt Gyümölcsöntettel Körte																				
		Gombaleves Majorannás csirketokány Főtt tésztával																				
Erőleves Rántott sertés szelet szezámos bundában Párolt rizszel Káposztasalátával																						
Tárkonyos raguleves Túrós derelye Porccal																						
Lebbencsleves Sertéssült Meggyártással Párolt rizszel																						
		Energia: 1,009.72 Kcal / 4,220.63 KJ			Energia: 699.15 Kcal / 2,922.45 KJ			Energia: 1,233.38 Kcal / 5,155.53 KJ			Energia: 681.70 Kcal / 2,849.51 KJ			Energia: 1,398.16 Kcal / 5,844.31 KJ			Energia: 451.83 Kcal / 1,888.65 KJ			Energia: 721.05 Kcal / 3,013.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		40.84 g	45.02 g	9.29 g	44.17 g	14.02 g	5.90 g	42.64 g	22.65 g	6.58 g	43.76 g	19.11 g	2.67 g	39.82 g	78.66 g	2.29 g	18.85 g	11.00 g	2.74 g	31.38 g	28.22 g	6.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		109.55 g	0.00 g	3.25 g	97.31 g	0.01 g	5.99 g	215.99 g	57.96 g	2.71 g	83.64 g	0.00 g	2.44 g	130.79 g	14.99 g	9.89 g	64.10 g	11.52 g	3.43 g	84.08 g	7.75 g	6.46 g
		1,3,7,9			1,3,7,9,(10)			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,9,11			1,3,7,9			1,7,9,(3),(10)		
	Uzsonna	Vajas pogácsa																				
		Diákcsomag Rozskenyér Margarinnal Uborkával																				
		Sajtkrém rúd																				
		Puding Kifivel																				
		Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal Salátalevéllal																				
Kifli Kockasajttal																						
Sajtos rúd																						
		Energia: 182.50 Kcal / 762.85 KJ			Energia: 218.82 Kcal / 914.67 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 205.54 Kcal / 859.16 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		2.46 g	13.10 g	3.58 g	8.64 g	6.89 g	7.00 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	11.21 g	3.93 g	5.69 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		13.48 g	0.00 g	0.79 g	30.50 g	3.30 g	1.24 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	31.28 g	0.00 g	1.40 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g
		1,7,(6),(12)			1,(7)			1,7			1,(7)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)		
	Vacsora	Stroganoff sertésragu Párolt rizszel																				
		Tojásos galuska Ecetes fejjessalátával																				
		Kolbászos lecsó Félbarna kenyérral																				
		Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral																				
		Tarhonyás hús																				
Epres tea Császárszalonna Korpás kenyérral Paradicsommal																						
Gyümölcsös tea Disznósajt Félbarna kenyérral Paprikával																						
		Energia: 668.74 Kcal / 2,795.33 KJ			Energia: 696.66 Kcal / 2,912.04 KJ			Energia: 707.15 Kcal / 2,955.89 KJ			Energia: 1,046.40 Kcal / 4,374.33 KJ			Energia: 779.35 Kcal / 3,257.68 KJ			Energia: 627.00 Kcal / 2,620.86 KJ			Energia: 714.79 Kcal / 2,987.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		23.69 g	30.60 g	8.93 g	26.87 g	22.56 g	4.58 g	27.61 g	36.31 g	10.81 g	46.18 g	38.66 g	9.49 g	33.32 g	36.77 g	10.21 g	12.01 g	30.03 g	11.08 g	26.87 g	29.65 g	10.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		73.84 g	0.00 g	4.22 g	95.72 g	7.99 g	5.27 g	66.63 g	0.00 g	4.31 g	127.17 g	0.00 g	1.56 g	77.90 g	0.02 g	1.00 g	76.32 g	19.99 g	2.81 g	84.16 g	19.99 g	4.38 g
		1,7,10,15,(12)			1,3			1,(6)			1,3			1,3,9			1			1		

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-tejfe 10-mustár | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófí 11-szezámm | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zelle 12-kéndioxid-sz | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft
 2150 Albertirsa, Pestl út 65.
 Csoportos előszám: 17783408-5-13
 Állás szám: 14893560-4-13
 23.

Élelmezésvezető