

Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap																																																																																																																																																																										
eatrend	Reggeli	<table border="1"> <tr> <td colspan="3">Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal</td> <td colspan="3">Vaníliás tej Kifli</td> <td colspan="3">Narancsos limonádé Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal</td> <td colspan="3">Barackos tea Tonhalkrém Felbarna kenyér Paprikával</td> <td colspan="3">Tej Baracklekváros Felbarna kenyér Margarinnal</td> <td colspan="3">Erdei gyümölcsös tea Soproni felvágottas Rozskenyér Natúr vajkrémmel Paprikával</td> <td colspan="3">Tejeskávé Fatörzs kifli</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Energia: 521.54 Kcal / 2,180.04 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 447.92 Kcal / 1,872.31 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 423.89 Kcal / 1,771.86 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 666.22 Kcal / 2,784.80 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 577.27 Kcal / 2,412.99 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 652.19 Kcal / 2,726.15 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 838.48 Kcal / 3,504.85 KJ</td> </tr> <tr> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>17.65 g</td><td>18.54 g</td><td>15.42 g</td> <td>17.73 g</td><td>5.07 g</td><td>2.64 g</td> <td>12.71 g</td><td>12.02 g</td><td>4.55 g</td> <td>14.19 g</td><td>25.35 g</td><td>6.29 g</td> <td>22.11 g</td><td>9.70 g</td><td>4.60 g</td> <td>19.21 g</td><td>30.63 g</td><td>21.35 g</td> <td>24.22 g</td><td>17.00 g</td><td>7.58 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> </tr> <tr> <td>70.37 g</td><td>9.99 g</td><td>3.20 g</td> <td>82.32 g</td><td>19.98 g</td><td>1.22 g</td> <td>65.94 g</td><td>10.13 g</td><td>2.43 g</td> <td>94.37 g</td><td>29.98 g</td><td>0.07 g</td> <td>100.05 g</td><td>18.69 g</td><td>0.52 g</td> <td>74.01 g</td><td>12.00 g</td><td>3.09 g</td> <td>146.18 g</td><td>61.46 g</td><td>1.64 g</td> </tr> <tr> <td colspan="3">1,(7)</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1,(7)</td> <td colspan="3">1,3,4,7,10</td> <td colspan="3">1,7,(12)</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1,3,7</td> </tr> </table>																					Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Vaníliás tej Kifli			Narancsos limonádé Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Barackos tea Tonhalkrém Felbarna kenyér Paprikával			Tej Baracklekváros Felbarna kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Soproni felvágottas Rozskenyér Natúr vajkrémmel Paprikával			Tejeskávé Fatörzs kifli			Energia: 521.54 Kcal / 2,180.04 KJ			Energia: 447.92 Kcal / 1,872.31 KJ			Energia: 423.89 Kcal / 1,771.86 KJ			Energia: 666.22 Kcal / 2,784.80 KJ			Energia: 577.27 Kcal / 2,412.99 KJ			Energia: 652.19 Kcal / 2,726.15 KJ			Energia: 838.48 Kcal / 3,504.85 KJ			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	17.65 g	18.54 g	15.42 g	17.73 g	5.07 g	2.64 g	12.71 g	12.02 g	4.55 g	14.19 g	25.35 g	6.29 g	22.11 g	9.70 g	4.60 g	19.21 g	30.63 g	21.35 g	24.22 g	17.00 g	7.58 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	65.94 g	10.13 g	2.43 g	94.37 g	29.98 g	0.07 g	100.05 g	18.69 g	0.52 g	74.01 g	12.00 g	3.09 g	146.18 g	61.46 g	1.64 g	1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,7,(12)			1,7			1,3,7																							
		Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Vaníliás tej Kifli			Narancsos limonádé Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Barackos tea Tonhalkrém Felbarna kenyér Paprikával			Tej Baracklekváros Felbarna kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Soproni felvágottas Rozskenyér Natúr vajkrémmel Paprikával			Tejeskávé Fatörzs kifli																																																																																																																																																																										
		Energia: 521.54 Kcal / 2,180.04 KJ			Energia: 447.92 Kcal / 1,872.31 KJ			Energia: 423.89 Kcal / 1,771.86 KJ			Energia: 666.22 Kcal / 2,784.80 KJ			Energia: 577.27 Kcal / 2,412.99 KJ			Energia: 652.19 Kcal / 2,726.15 KJ			Energia: 838.48 Kcal / 3,504.85 KJ																																																																																																																																																																										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																																																																																								
		17.65 g	18.54 g	15.42 g	17.73 g	5.07 g	2.64 g	12.71 g	12.02 g	4.55 g	14.19 g	25.35 g	6.29 g	22.11 g	9.70 g	4.60 g	19.21 g	30.63 g	21.35 g	24.22 g	17.00 g	7.58 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	65.94 g	10.13 g	2.43 g	94.37 g	29.98 g	0.07 g	100.05 g	18.69 g	0.52 g	74.01 g	12.00 g	3.09 g	146.18 g	61.46 g	1.64 g																																																																																																																																																																										
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,7,(12)			1,7			1,3,7																																																																																																																																																																												
Ebéd	Felnőtt	<table border="1"> <tr> <td colspan="3">Tejfölös zöldborsóleves</td> <td colspan="3">Hamis gulyásleves</td> <td colspan="3">Májgaluskaleves</td> <td colspan="3">Vegyes gyümölcsleves</td> <td colspan="3">Erőleves Cérnametéllel</td> <td colspan="3">Májgaluskaleves</td> <td colspan="3">Lebbencsleves</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Spenótos rakott tészta</td> <td colspan="3">Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Felbarna kenyérrrel</td> <td colspan="3">Dejós tészta Nektarin</td> <td colspan="3">Hentes tokány Párolt rizszel</td> <td colspan="3">Mexikói húsos babragu Felbarna kenyérrrel</td> <td colspan="3">Paraj főzelék Főtt tojással Főtt burgonyával</td> <td colspan="3">Sertéssült Fokhagymamártással Párolt rizszel</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Energia: 993.85 Kcal / 4,154.29 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 1,067.42 Kcal / 4,461.82 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 679.00 Kcal / 2,838.22 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 983.06 Kcal / 4,109.19 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 955.30 Kcal / 3,993.15 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 617.00 Kcal / 2,579.06 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 785.87 Kcal / 3,284.94 KJ</td> </tr> <tr> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>53.39 g</td><td>44.04 g</td><td>12.06 g</td> <td>47.39 g</td><td>44.37 g</td><td>11.55 g</td> <td>23.21 g</td><td>13.05 g</td><td>1.24 g</td> <td>29.85 g</td><td>44.52 g</td><td>12.90 g</td> <td>42.46 g</td><td>41.53 g</td><td>9.47 g</td> <td>30.95 g</td><td>27.14 g</td><td>5.44 g</td> <td>35.34 g</td><td>36.34 g</td><td>9.24 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> </tr> <tr> <td>95.58 g</td><td>0.07 g</td><td>6.82 g</td> <td>117.93 g</td><td>0.25 g</td><td>2.17 g</td> <td>117.90 g</td><td>21.03 g</td><td>1.09 g</td> <td>118.20 g</td><td>25.97 g</td><td>4.74 g</td> <td>101.77 g</td><td>0.00 g</td><td>8.13 g</td> <td>62.56 g</td><td>0.05 g</td><td>2.43 g</td> <td>78.56 g</td><td>0.25 g</td><td>7.22 g</td> </tr> <tr> <td colspan="3">1,3,7,9</td> <td colspan="3">1,3,9,(6),(7),(12)</td> <td colspan="3">1,3,8,9,(5)</td> <td colspan="3">1,7,15,(12)</td> <td colspan="3">1,3,9</td> <td colspan="3">1,3,7,9</td> <td colspan="3">1,3,7,9,(10)</td> </tr> </table>																					Tejfölös zöldborsóleves			Hamis gulyásleves			Májgaluskaleves			Vegyes gyümölcsleves			Erőleves Cérnametéllel			Májgaluskaleves			Lebbencsleves			Spenótos rakott tészta			Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Felbarna kenyérrrel			Dejós tészta Nektarin			Hentes tokány Párolt rizszel			Mexikói húsos babragu Felbarna kenyérrrel			Paraj főzelék Főtt tojással Főtt burgonyával			Sertéssült Fokhagymamártással Párolt rizszel			Energia: 993.85 Kcal / 4,154.29 KJ			Energia: 1,067.42 Kcal / 4,461.82 KJ			Energia: 679.00 Kcal / 2,838.22 KJ			Energia: 983.06 Kcal / 4,109.19 KJ			Energia: 955.30 Kcal / 3,993.15 KJ			Energia: 617.00 Kcal / 2,579.06 KJ			Energia: 785.87 Kcal / 3,284.94 KJ			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	53.39 g	44.04 g	12.06 g	47.39 g	44.37 g	11.55 g	23.21 g	13.05 g	1.24 g	29.85 g	44.52 g	12.90 g	42.46 g	41.53 g	9.47 g	30.95 g	27.14 g	5.44 g	35.34 g	36.34 g	9.24 g	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	95.58 g	0.07 g	6.82 g	117.93 g	0.25 g	2.17 g	117.90 g	21.03 g	1.09 g	118.20 g	25.97 g	4.74 g	101.77 g	0.00 g	8.13 g	62.56 g	0.05 g	2.43 g	78.56 g	0.25 g	7.22 g	1,3,7,9			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,8,9,(5)			1,7,15,(12)			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9,(10)		
		Tejfölös zöldborsóleves			Hamis gulyásleves			Májgaluskaleves			Vegyes gyümölcsleves			Erőleves Cérnametéllel			Májgaluskaleves			Lebbencsleves																																																																																																																																																																										
		Spenótos rakott tészta			Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Felbarna kenyérrrel			Dejós tészta Nektarin			Hentes tokány Párolt rizszel			Mexikói húsos babragu Felbarna kenyérrrel			Paraj főzelék Főtt tojással Főtt burgonyával			Sertéssült Fokhagymamártással Párolt rizszel																																																																																																																																																																										
		Energia: 993.85 Kcal / 4,154.29 KJ			Energia: 1,067.42 Kcal / 4,461.82 KJ			Energia: 679.00 Kcal / 2,838.22 KJ			Energia: 983.06 Kcal / 4,109.19 KJ			Energia: 955.30 Kcal / 3,993.15 KJ			Energia: 617.00 Kcal / 2,579.06 KJ			Energia: 785.87 Kcal / 3,284.94 KJ																																																																																																																																																																										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																																																																																								
53.39 g	44.04 g	12.06 g	47.39 g	44.37 g	11.55 g	23.21 g	13.05 g	1.24 g	29.85 g	44.52 g	12.90 g	42.46 g	41.53 g	9.47 g	30.95 g	27.14 g	5.44 g	35.34 g	36.34 g	9.24 g																																																																																																																																																																										
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																																																																																										
95.58 g	0.07 g	6.82 g	117.93 g	0.25 g	2.17 g	117.90 g	21.03 g	1.09 g	118.20 g	25.97 g	4.74 g	101.77 g	0.00 g	8.13 g	62.56 g	0.05 g	2.43 g	78.56 g	0.25 g	7.22 g																																																																																																																																																																										
1,3,7,9			1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,8,9,(5)			1,7,15,(12)			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9,(10)																																																																																																																																																																												
Uzsonna	Felnőtt	<table border="1"> <tr> <td colspan="3">Meggyes táská</td> <td colspan="3">Diákcsemegés Graham kenyér Margarinnal Uborkával</td> <td colspan="3">Sajtos pogácsa</td> <td colspan="3">Gyümölcs joghurt Korpás kifivel</td> <td colspan="3">Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéellel</td> <td colspan="3">Kockasajtos Kifli</td> <td colspan="3">Sajtos rúd</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 224.36 Kcal / 937.82 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 418.17 Kcal / 1,747.95 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 187.68 Kcal / 784.50 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ</td> </tr> <tr> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>3.78 g</td><td>18.27 g</td><td>4.87 g</td> <td>8.64 g</td><td>6.41 g</td><td>2.48 g</td> <td>2.46 g</td><td>13.10 g</td><td>3.58 g</td> <td>16.27 g</td><td>7.33 g</td><td>3.27 g</td> <td>9.85 g</td><td>3.20 g</td><td>1.30 g</td> <td>12.12 g</td><td>12.78 g</td><td>7.54 g</td> <td>4.84 g</td><td>1.40 g</td><td>2.19 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> </tr> <tr> <td>39.98 g</td><td>18.16 g</td><td>0.67 g</td> <td>32.96 g</td><td>3.30 g</td><td>1.57 g</td> <td>13.48 g</td><td>0.00 g</td><td>0.79 g</td> <td>71.01 g</td><td>12.99 g</td><td>1.61 g</td> <td>29.84 g</td><td>0.00 g</td><td>0.76 g</td> <td>23.80 g</td><td>0.00 g</td><td>1.81 g</td> <td>17.00 g</td><td>0.00 g</td><td>1.02 g</td> </tr> <tr> <td colspan="3">1,7,(3),(6),(12)</td> <td colspan="3">1,(7)</td> <td colspan="3">1,3,7</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1,(7)</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1,7,(3),(6),(8),(11),(12)</td> </tr> </table>																					Meggyes táská			Diákcsemegés Graham kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtos pogácsa			Gyümölcs joghurt Korpás kifivel			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéellel			Kockasajtos Kifli			Sajtos rúd			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 224.36 Kcal / 937.82 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 418.17 Kcal / 1,747.95 KJ			Energia: 187.68 Kcal / 784.50 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.64 g	6.41 g	2.48 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	16.27 g	7.33 g	3.27 g	9.85 g	3.20 g	1.30 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	39.98 g	18.16 g	0.67 g	32.96 g	3.30 g	1.57 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	71.01 g	12.99 g	1.61 g	29.84 g	0.00 g	0.76 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,7			1,7			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)																							
		Meggyes táská			Diákcsemegés Graham kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtos pogácsa			Gyümölcs joghurt Korpás kifivel			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéellel			Kockasajtos Kifli			Sajtos rúd																																																																																																																																																																										
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 224.36 Kcal / 937.82 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 418.17 Kcal / 1,747.95 KJ			Energia: 187.68 Kcal / 784.50 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ																																																																																																																																																																										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																																																																																								
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.64 g	6.41 g	2.48 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	16.27 g	7.33 g	3.27 g	9.85 g	3.20 g	1.30 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																																																																																																																																																																										
39.98 g	18.16 g	0.67 g	32.96 g	3.30 g	1.57 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	71.01 g	12.99 g	1.61 g	29.84 g	0.00 g	0.76 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g																																																																																																																																																																										
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,7			1,7			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)																																																																																																																																																																												
Vacsora	Felnőtt	<table border="1"> <tr> <td colspan="3">Édes-savanyú csirkeragu Párolt rizszel</td> <td colspan="3">Hot-dog Ketchuppal</td> <td colspan="3">Sajtos-tejfölös lángos</td> <td colspan="3">Dubarry sertészelet Tört burgonyával</td> <td colspan="3">Lenmagos húsgolyó Franciasalátával</td> <td colspan="3">Citromos tea Körözöttes Korpás kenyér Paradicsommal</td> <td colspan="3">Málnás tea Disznósajtos Felbarna kenyér Paprikával</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Energia: 575.10 Kcal / 2,403.92 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 251.12 Kcal / 1,049.68 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 690.93 Kcal / 2,888.09 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 611.55 Kcal / 2,556.28 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 832.73 Kcal / 3,480.81 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 447.56 Kcal / 1,870.80 KJ</td> <td colspan="3">Energia: 714.79 Kcal / 2,987.82 KJ</td> </tr> <tr> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td><td>Zsír</td><td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>27.28 g</td><td>19.72 g</td><td>2.37 g</td> <td>23.15 g</td><td>24.68 g</td><td>9.39 g</td> <td>24.06 g</td><td>27.19 g</td><td>12.33 g</td> <td>34.39 g</td><td>22.04 g</td><td>6.06 g</td> <td>25.92 g</td><td>59.97 g</td><td>14.26 g</td> <td>13.77 g</td><td>4.09 g</td><td>1.78 g</td> <td>26.87 g</td><td>29.65 g</td><td>10.52 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> <td>Szénhidrát</td><td>Cukor</td><td>Só</td> </tr> <tr> <td>71.32 g</td><td>1.34 g</td><td>3.80 g</td> <td>53.04 g</td><td>4.20 g</td><td>1.91 g</td> <td>86.91 g</td><td>0.40 g</td><td>2.79 g</td> <td>67.21 g</td><td>0.00 g</td><td>3.42 g</td> <td>45.43 g</td><td>5.00 g</td><td>3.21 g</td> <td>88.26 g</td><td>29.98 g</td><td>1.93 g</td> <td>84.16 g</td><td>19.99 g</td><td>4.38 g</td> </tr> <tr> <td colspan="3">1,6</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1,3,7,10,15,(12)</td> <td colspan="3">1,7</td> <td colspan="3">1</td> </tr> </table>																					Édes-savanyú csirkeragu Párolt rizszel			Hot-dog Ketchuppal			Sajtos-tejfölös lángos			Dubarry sertészelet Tört burgonyával			Lenmagos húsgolyó Franciasalátával			Citromos tea Körözöttes Korpás kenyér Paradicsommal			Málnás tea Disznósajtos Felbarna kenyér Paprikával			Energia: 575.10 Kcal / 2,403.92 KJ			Energia: 251.12 Kcal / 1,049.68 KJ			Energia: 690.93 Kcal / 2,888.09 KJ			Energia: 611.55 Kcal / 2,556.28 KJ			Energia: 832.73 Kcal / 3,480.81 KJ			Energia: 447.56 Kcal / 1,870.80 KJ			Energia: 714.79 Kcal / 2,987.82 KJ			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	27.28 g	19.72 g	2.37 g	23.15 g	24.68 g	9.39 g	24.06 g	27.19 g	12.33 g	34.39 g	22.04 g	6.06 g	25.92 g	59.97 g	14.26 g	13.77 g	4.09 g	1.78 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	71.32 g	1.34 g	3.80 g	53.04 g	4.20 g	1.91 g	86.91 g	0.40 g	2.79 g	67.21 g	0.00 g	3.42 g	45.43 g	5.00 g	3.21 g	88.26 g	29.98 g	1.93 g	84.16 g	19.99 g	4.38 g	1,6			1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,15,(12)			1,7			1																							
		Édes-savanyú csirkeragu Párolt rizszel			Hot-dog Ketchuppal			Sajtos-tejfölös lángos			Dubarry sertészelet Tört burgonyával			Lenmagos húsgolyó Franciasalátával			Citromos tea Körözöttes Korpás kenyér Paradicsommal			Málnás tea Disznósajtos Felbarna kenyér Paprikával																																																																																																																																																																										
		Energia: 575.10 Kcal / 2,403.92 KJ			Energia: 251.12 Kcal / 1,049.68 KJ			Energia: 690.93 Kcal / 2,888.09 KJ			Energia: 611.55 Kcal / 2,556.28 KJ			Energia: 832.73 Kcal / 3,480.81 KJ			Energia: 447.56 Kcal / 1,870.80 KJ			Energia: 714.79 Kcal / 2,987.82 KJ																																																																																																																																																																										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																																																																																								
		27.28 g	19.72 g	2.37 g	23.15 g	24.68 g	9.39 g	24.06 g	27.19 g	12.33 g	34.39 g	22.04 g	6.06 g	25.92 g	59.97 g	14.26 g	13.77 g	4.09 g	1.78 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																																																																																																																																																																										
71.32 g	1.34 g	3.80 g	53.04 g	4.20 g	1.91 g	86.91 g	0.40 g	2.79 g	67.21 g	0.00 g	3.42 g	45.43 g	5.00 g	3.21 g	88.26 g	29.98 g	1.93 g	84.16 g	19.99 g	4.38 g																																																																																																																																																																										
1,6			1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,15,(12)			1,7			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-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.
 2150 Albertirsa, Pest út 65.
 Cégjegyzékszám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 23.

Élelmézszevető