

## Heti étlap 2024.12.23. - 2024.12.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap					
<b>eatrend</b>	<b>Reggeli</b>	<b>Felnőtt</b>		Meggyes tea Póréhagymás sajtkrémés Kífli	Citromos tea Disznósajtós Félbarna kenyér Paprikával	Barackos tea Tepertőkrémés Zsemle Lilahagymával	Forró puncs Márványos kalács	Almás-fahéjas tea Toast felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paradicsommal	Citromos tea Margarinos Zsemle Sajt szelettel	Almás-fahéjas tea Magyaros vajkrémés Rozskenyér Kigyóuborkával			
		Energia: 492.62 Kcal / 2.059.15 KJ	Energia: 756.69 Kcal / 3.162.96 KJ	Energia: 673.05 Kcal / 2.813.35 KJ	Energia: 558.55 Kcal / 2.334.74 KJ	Energia: 575.23 Kcal / 2.404.46 KJ	Energia: 571.38 Kcal / 2.388.37 KJ	Energia: 637.07 Kcal / 2.662.95 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.89 g	16.00 g	9.36 g	27.06 g	29.69 g	10.52 g	14.11 g	27.87 g	10.37 g	19.64 g	12.91 g	3.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.53 g	29.98 g	1.29 g	94.30 g	29.98 g	4.38 g	90.68 g	29.98 g	0.31 g	90.28 g	5.59 g	0.83 g		
1,7			1			1,10,(7),(12)			1,3,7				
									1,(7)				
									1,7				
									1,7				
									1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt</b>	<b>Felnőtt</b>		Csontleves Cérnametéllet  Lecsós sertésragu Orsó tésztával	Halászlé  Túrós csusza pörccel Mandarin	Téli varázs gyümölcsleves  Sült oldalas Hagymás tört burgonyával Párolt lilakáposztával	Újházi tyúkhúsleves  Töltött káposzta Tejfőlével Félbarna kenyérral	Reszelt tészta leves  Sült hurka Sült kolbász Tepsis burgonyával	Sertésraguleves  Ízes derelye Porcukorral	Magyaros zöldborsóleves  Brassói aprópecsenye Csemege uborkával			
		Energia: 993.21 Kcal / 4.151.62 KJ	Energia: 1.303.96 Kcal / 5.450.55 KJ	Energia: 1.520.31 Kcal / 6.354.90 KJ	Energia: 1.061.71 Kcal / 4.437.95 KJ	Energia: 1.734.40 Kcal / 7.249.79 KJ	Energia: 565.42 Kcal / 2.363.46 KJ	Energia: 1.166.85 Kcal / 4.877.43 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		40.08 g	52.91 g	14.03 g	53.51 g	74.12 g	25.94 g	35.93 g	103.07 g	33.06 g	54.01 g	59.13 g	22.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.99 g	0.04 g	4.86 g	102.70 g	2.55 g	6.56 g	113.22 g	65.29 g	8.17 g	78.99 g	0.02 g	6.06 g		
1,3,9			1,3,4,7			1,7,(10)			1,3,7,9,(12)				
									1,3				
									1,3,7,9				
									1,3,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Felnőtt</b>	<b>Felnőtt</b>		Kajszibarackos háromszög	Olasz felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Uborkával	Mákos bejgli	Bécsi felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával	Meggyes táska	Sajtos pogácsa	Vaníliakrémés rúd			
		Energia: 341.19 Kcal / 1.426.17 KJ	Energia: 258.45 Kcal / 1.080.32 KJ	Energia: 848.24 Kcal / 3.545.64 KJ	Energia: 266.61 Kcal / 1.114.43 KJ	Energia: 341.19 Kcal / 1.426.17 KJ	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1.527.08 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.16 g	11.63 g	4.73 g	25.75 g	27.66 g	7.64 g	10.09 g	12.08 g	4.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.98 g	18.16 g	0.67 g	29.19 g	3.85 g	1.84 g	123.60 g	37.96 g	0.29 g	29.27 g	0.00 g	1.40 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,7,(12)			1,(7)				
									1,7,(3),(6),(12)				
									1,3,7				
									1,7,(3),(6),(12)				
<b>Vacsora</b>	<b>Felnőtt</b>	<b>Felnőtt</b>		Gyöngybabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral	Orosz hússaláta	Csemege szalámis Félbarna kenyér Margarinnal	Füstölt kolbászos Félbarna kenyér Nátúr vajkrémmel	Bakonyi sertésragu Szarvacska tésztával	Cseresznyés tea Félbarna kenyér Kenőmájással Lilahagymával	Tea barackos Lőncshúsos Félbarna kenyér Lilahagymával			
		Energia: 1.120.75 Kcal / 4.684.74 KJ	Energia: 598.51 Kcal / 2.501.77 KJ	Energia: 443.79 Kcal / 1.855.04 KJ	Energia: 520.92 Kcal / 2.177.45 KJ	Energia: 772.97 Kcal / 3.231.01 KJ	Energia: 587.46 Kcal / 2.455.58 KJ	Energia: 512.76 Kcal / 2.143.34 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		50.44 g	39.38 g	10.69 g	28.56 g	37.83 g	9.01 g	15.68 g	14.36 g	5.38 g	15.86 g	22.28 g	10.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
141.89 g	1.00 g	3.14 g	34.53 g	5.11 g	1.90 g	62.82 g	0.00 g	0.92 g	63.62 g	0.00 g	0.57 g		
1,3,7			3,7,10,15,(1),(12)			1,(7)			1,7				
									1,3,7				
									1,(6),(7),(10)				
									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-szszám      14-puhatestűek  
 3-tojás      6-szója      9-zeller      12-kén-dioxid-szulfid      15-mesterséges édesítőszer

**Jó étvágyat kívánunk!**

**Eatrend Kft.**  
 7190 Albertirsa, Pest út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

**Élelmiszervezető**