

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Reggeli	Középiskola 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájásos Rozskenyér Salátalevéllal Almával	Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal
		Energia: 581.84 Kcal / 2,432.09 KJ	Energia: 446.68 Kcal / 1,867.12 KJ	Energia: 506.14 Kcal / 2,115.67 KJ	Energia: 555.04 Kcal / 2,320.07 KJ	Energia: 667.23 Kcal / 2,789.02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13.26 g 10.61 g 9.14 g	7.32 g 22.27 g 6.99 g	19.30 g 9.29 g 3.98 g	19.26 g 14.52 g 11.14 g	18.61 g 31.27 g 11.59 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		105.91 g 48.07 g 1.43 g	53.57 g 12.40 g 1.51 g	86.11 g 24.30 g 1.58 g	86.23 g 24.98 g 1.52 g	77.13 g 29.98 g 2.21 g
		1,7,(3),(5)	1,3,4,7,10	1,7	1,7,(6),(10)	1,3,7,(6),(12)
Ebéd	Középiskola 15-18 éves	Cheddaros sajtkrémleves pirított kenyérkocka Tavaszi sertésragu Párolt rizsszel	Májgaluskaleves Mákos metélt porcukor szórát	Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérrel	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrel Tejbegríz Kakaó szórattal	Rántott leves Pirított kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával
		Energia: 1,008.12 Kcal / 4,213.94 KJ	Energia: 888.97 Kcal / 3,715.89 KJ	Energia: 929.32 Kcal / 3,884.56 KJ	Energia: 930.35 Kcal / 3,888.86 KJ	Energia: 914.95 Kcal / 3,824.49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		31.79 g 55.75 g 18.14 g	37.22 g 19.49 g 8.73 g	31.42 g 37.54 g 10.12 g	32.25 g 15.95 g 4.66 g	40.50 g 43.25 g 11.88 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		90.88 g 0.06 g 4.04 g	141.50 g 52.22 g 2.72 g	115.13 g 15.03 g 2.90 g	163.65 g 71.43 g 1.98 g	89.98 g 0.05 g 1.96 g
		1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7	1,3,7
Vacsora	Középiskola 15-18 éves	Helybensült kakaós csiga	Sertés párizsis Zsemle Félbarna kenyér Póréhagymával	Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával	Helybensült sonkás- kukoricas pizza	
		Energia: 861.87 Kcal / 3,602.62 KJ	Energia: 664.40 Kcal / 2,777.19 KJ	Energia: 601.60 Kcal / 2,514.69 KJ	Energia: 1,224.57 Kcal / 5,118.70 KJ	Energia: 1,050.31 Kcal / 4,390.30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		36.42 g 40.09 g 13.21 g	21.28 g 24.34 g 11.62 g	29.16 g 13.43 g 6.87 g	34.92 g 73.93 g 12.02 g	37.59 g 45.05 g 13.71 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		87.59 g 25.44 g 2.02 g	89.64 g 20.39 g 2.73 g	90.21 g 24.41 g 2.14 g	102.36 g 19.99 g 3.98 g	122.34 g 35.46 g 1.62 g
		1,3,7,(6),(12)	1,7	1,7	1,3,7	1,7,(3),(6),(10),(11)

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2700 Almásy, Eger, 3. em.
 Csoportos igazgató: 19934918-13
 19934918-13

Élelmezésvezető

2025.03.17. 13:47:06 | QB - Élelem