

Heti étlap 2025.04.07. - 2025.04.11.

|                                                                                                     |                                     | hétfő                                                                                                  | kedd                                                                                        | szerda                                                                                                                                    | csütörtök                                                                               | péntek                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br><b>Reggeli</b> | <b>Középiskola A<br/>15-18 éves</b> | Tej(7)<br>Varázsszívószal(6)<br>Molnárka(3,1,7)<br>Turista felvágottas<br>Rozskenyér(1)<br>Margarinnal | Citromos tea<br>Szendvics sonkás<br>Korpás kenyér(1)<br>Natúr vajkrémes(7)<br>Kígyóborkával | Barackos tea<br>Zala felvágottas<br>Teljes kiőrlésű kenyér(1)<br>Margarinnal<br>Salátalevéllal<br>Baracklevél<br>Zsemle(1)<br>Margarinnal | Karamellás tej(7)<br>Kifli(1)<br>Sertés párizsis<br>Félbarna kenyér(1)<br>Margarinnal   | Erdei gyümölcsös tea<br>Füstölt lencsekrémes(10,7)<br>Rozskenyér(1)<br>Körte                                       |
|                                                                                                     |                                     | Energia: 562.23 Kcal / 2,350.12 KJ                                                                     | Energia: 589.85 Kcal / 2,465.57 KJ                                                          | Energia: 520.36 Kcal / 2,175.10 KJ                                                                                                        | Energia: 570.37 Kcal / 2,384.15 KJ                                                      | Energia: 572.56 Kcal / 2,393.30 KJ                                                                                 |
|                                                                                                     |                                     | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                  | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                       | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                                                     | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                   | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                              |
|                                                                                                     |                                     | 21.95 g14.37 g10.43 g                                                                                  | 18.47 g17.38 g8.28 g                                                                        | 13.38 g8.33 g3.15 g                                                                                                                       | 22.22 g11.02 g4.99 g                                                                    | 14.99 g14.81 g14.86 g                                                                                              |
|                                                                                                     |                                     | SzénhidrátCukorSó                                                                                      | SzénhidrátCukorSó                                                                           | SzénhidrátCukorSó                                                                                                                         | SzénhidrátCukorSó                                                                       | SzénhidrátCukorSó                                                                                                  |
|                                                                                                     |                                     | 86.02 g15.69 g2.03 g                                                                                   | 89.08 g30.17 g2.34 g                                                                        | 97.62 g40.68 g0.67 g                                                                                                                      | 95.10 g24.98 g1.32 g                                                                    | 93.99 g12.00 g2.01 g                                                                                               |
|                                                                                                     |                                     | 1,3,7                                                                                                  | 1,7                                                                                         | 1,(7),(12)                                                                                                                                | 1,7                                                                                     | 1,7,10,(3),(6),(11),(12)                                                                                           |
| <b>Ebéd</b>                                                                                         | <b>Középiskola A<br/>15-18 éves</b> | Vajgaluskaleves(3,9,1)<br>Lecsós sertésragu<br>Párolt rizszel                                          | Zselici húsos leves(9,1,7)<br>Ízes derelye(3,1,7)<br>Porcukorral                            | Brokkolikrémleves(1,7)<br>Pírtott kenyérkockával(1)<br>Pusztapörkölt<br>Csemege uborkával(15)<br>Félbarna kenyérral(1)                    | Csontleves (9)<br>Zöldborsó főzelék(1,7)<br>Panírozott dinóval<br>Félbarna kenyérral(1) | Vegyes gyümölcsleves(1,7)<br>Sült sertésszelet<br>Snidlinges-tejszínes<br>mártással(1,7)<br>Zöldséges bulgurral(1) |
|                                                                                                     |                                     | Energia: 957.39 Kcal / 4,001.89 KJ                                                                     | Energia: 491.16 Kcal / 2,053.05 KJ                                                          | Energia: 1,177.13 Kcal / 4,920.40 KJ                                                                                                      | Energia: 730.99 Kcal / 3,055.54 KJ                                                      | Energia: 858.37 Kcal / 3,587.99 KJ                                                                                 |
|                                                                                                     |                                     | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                  | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                       | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                                                     | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                   | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                              |
|                                                                                                     |                                     | 28.61 g56.17 g14.75 g                                                                                  | 18.34 g19.75 g3.43 g                                                                        | 43.31 g43.65 g12.35 g                                                                                                                     | 24.75 g23.82 g3.25 g                                                                    | 38.72 g26.62 g7.05 g                                                                                               |
|                                                                                                     |                                     | SzénhidrátCukorSó                                                                                      | SzénhidrátCukorSó                                                                           | SzénhidrátCukorSó                                                                                                                         | SzénhidrátCukorSó                                                                       | SzénhidrátCukorSó                                                                                                  |
|                                                                                                     |                                     | 83.14 g0.02 g5.61 g                                                                                    | 54.44 g14.01 g2.69 g                                                                        | 150.59 g0.28 g6.93 g                                                                                                                      | 104.72 g20.14 g4.80 g                                                                   | 115.31 g26.46 g3.11 g                                                                                              |
|                                                                                                     |                                     | 1,3,9,(7)                                                                                              | 1,3,7,9                                                                                     | 1,7,15,(3),(6),(12)                                                                                                                       | 1,3,7,9                                                                                 | 1,7,(10)                                                                                                           |
| <b>Vacsora</b>                                                                                      | <b>Középiskola A<br/>15-18 éves</b> | Gyümölcsös tea<br>Sült debreceni<br>Mustárral(10)<br>Korpás kenyér(1)                                  | Gyümölcsös tea<br>Hamburger(10,11,3,1,7)                                                    | Cseresznyés tea<br>Szilvás gombóc(1,7)<br>Porcukorral                                                                                     | Gyümölcsös tea<br>Olaszos rakott tészta(3,1,7)                                          |                                                                                                                    |
|                                                                                                     |                                     | Energia: 735.82 Kcal / 3,075.73 KJ                                                                     | Energia: 577.74 Kcal / 2,414.95 KJ                                                          | Energia: 1,373.34 Kcal / 5,740.56 KJ                                                                                                      | Energia: 991.22 Kcal / 4,143.30 KJ                                                      |                                                                                                                    |
|                                                                                                     |                                     | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                  | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                       | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                                                                     | FehérjeZsírT.Zsír-sav                                                                   |                                                                                                                    |
|                                                                                                     |                                     | 29.28 g32.01 g10.58 g                                                                                  | 21.70 g14.98 g5.78 g                                                                        | 26.67 g54.41 g16.45 g                                                                                                                     | 42.56 g40.96 g12.73 g                                                                   |                                                                                                                    |
|                                                                                                     |                                     | SzénhidrátCukorSó                                                                                      | SzénhidrátCukorSó                                                                           | SzénhidrátCukorSó                                                                                                                         | SzénhidrátCukorSó                                                                       |                                                                                                                    |
|                                                                                                     |                                     | 81.68 g19.99 g5.12 g                                                                                   | 87.06 g27.92 g3.71 g                                                                        | 190.91 g105.52 g3.40 g                                                                                                                    | 111.84 g21.91 g3.96 g                                                                   |                                                                                                                    |
|                                                                                                     |                                     | 1,10,(6),(12)                                                                                          | 1,3,7,10,11,(6),(8),(12)                                                                    | 1,7,(3),(6),(12)                                                                                                                          | 1,3,7                                                                                   |                                                                                                                    |

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-esillagfürt                           | 16-édesgyökér |
| 2-rák        | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezám            | 14-puhatestűek                           |               |
| 3-nyerszenyő | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesztelen növényi eredetű édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.  
2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
Csoportos rendelés: 17783408-6-13 ...  
Adószám: 14894501-18

2025.03.25. 7:17:05 | QB - Élelem