


Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|------------------------------------|---|-----------------------------|-----------|--|---------------|-----------|---|---------------|-----------|--|----------|-----------|--|---------|-----------|
|  Reggeli | Középiskolás 15-18 éves | Tej Csemege szalámis Margarinos Félbarna kenyér Fatörzs kifli | | | Erdei gyümölcsös tea Diákcsemege Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal Müzsizselet | | | Barackos tea Házi padlizsánkrémes Zsemle Olasz felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Jégcsapretekkel | | | Citromos tea Majonézes tojáskrémes Rozskenyér Bécsi felvágottas Margarinos Zsemle | | | Kakaó Kalács Natúr sajtkrémes Paprikás szalámis Zsemle | | |
| | | Energia: 1,097.06 Kcal / 4,585.71 KJ | | | Energia: 549.53 Kcal / 2,297.04 KJ | | | Energia: 1,131.31 Kcal / 4,728.88 KJ | | | Energia: 1,063.69 Kcal / 4,446.22 KJ | | | Energia: 1,185.35 Kcal / 4,954.76 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav |
| | | 38.18 g | 30.61 g | 12.56 g | 17.58 g | 12.10 g | 5.09 g | 28.80 g | 44.77 g | 16.56 g | 30.38 g | 38.57 g | 21.24 g | 38.45 g | 41.96 g | 20.07 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 166.31 g | 21.50 g | 2.49 g | 92.18 g | 15.00 g | 0.79 g | 152.40 g | 36.22 g | 2.48 g | 148.52 g | 29.98 g | 3.91 g | 162.08 g | 21.38 g | 2.97 g | | |
| 1,3,7 | | | 1,(5),(6),(7),(8),(11),(12) | | | 1,3,7,10,(12) | | | 1,3,7,10,(12) | | | 1,3,7 | | | | |
| Ebéd | Középiskolás 15-18 éves | Karfioleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással | | | Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonya körettel | | | Paradicsomleves Levesbetéttel Gyros tál Vitaminsalátával | | | Jókai bableves Félbarna kenyérral Prézlis nudli Lekvárral Porcukorral Alma | | | Csontleves Levesbetéttel Burgonyafőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral | | |
| | | Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ | | | Energia: 783.76 Kcal / 3,276.12 KJ | | | Energia: 815.78 Kcal / 3,409.96 KJ | | | Energia: 1,174.44 Kcal / 4,909.16 KJ | | | Energia: 617.68 Kcal / 2,581.90 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav |
| | | 49.04 g | 82.22 g | 14.96 g | 30.41 g | 36.05 g | 9.37 g | 36.24 g | 18.98 g | 7.69 g | 38.77 g | 16.29 g | 4.25 g | 31.26 g | 43.37 g | 12.26 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 101.60 g | 22.93 g | 2.65 g | 83.33 g | 0.03 g | 5.82 g | 124.04 g | 40.17 g | 4.98 g | 214.49 g | 39.96 g | 3.71 g | 93.53 g | 0.04 g | 6.43 g | | |
| 1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12) | | | 1,3,9,(7) | | | 1,3,7,9,(10) | | | 1,7,9,(12) | | | 1,3,7,9 | | | | |
| Vacsora | Középiskolás 15-18 éves | Citromos tea Piskóta kocka Csokoládéöntettel | | | Cseresznyés tea Rizses hús Csemege uborkával | | | Csipkebogyós tea Milánói szósz Főtt tésztával Reszelt sajttal | | | Málnás tea Óvári sertésszelet Petrezselymes burgonyával | | | | | |
| | | Energia: 1,121.94 Kcal / 4,689.71 KJ | | | Energia: 945.81 Kcal / 3,953.49 KJ | | | Energia: 832.12 Kcal / 3,478.26 KJ | | | Energia: 764.22 Kcal / 3,194.44 KJ | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | Fehérje | Zsír | T.Zsirsav | | | |
| | | 19.54 g | 28.11 g | 5.67 g | 42.25 g | 25.70 g | 10.02 g | 40.45 g | 28.60 g | 8.14 g | 39.47 g | 32.83 g | 9.34 g | | | |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | | |
| 196.26 g | 114.90 g | 1.30 g | 135.85 g | 32.98 g | 1.62 g | 102.14 g | 29.98 g | 3.93 g | 77.01 g | 19.99 g | 5.99 g | | | | | |
| 1,3,7,15 | | | 1,3,7 | | | 1,7,(3) | | | 1,7 | | | | | | | |

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-csillagfürt | 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.
2730 Albertirsa, Peati út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 14802500-4-18
20.