


Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.

|  | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|-------------------------------------|---|-----------------------------|---------|---|------------------|---------|--|---------------|---------|---|----------|---------|---|---------|--------|
| Reggeli | Középiskola A 15-18 éves | Kakaó Kalács Vajjal Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával | | | Citromos tea Diákcsemegés Korpás kenyér Margarinnal Paprikával Müzsizselet | | | Almás-fahéjas tea Vaniliás túrókrémes Zsemle Meggyes táska | | | Csipkebogyós tea Majonézes tojáskrém Rozskenyér Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával | | | Tej Kakaós kifli Körözöttes Félbarna kenyér Paprikával | | |
| | | Energia: 879.48 Kcal / 3,676.23 KJ | | | Energia: 567.32 Kcal / 2,371.40 KJ | | | Energia: 713.99 Kcal / 2,984.48 KJ | | | Energia: 576.42 Kcal / 2,409.44 KJ | | | Energia: 466.54 Kcal / 1,950.14 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 31.39 g | 22.96 g | 10.04 g | 13.79 g | 11.65 g | 4.71 g | 11.71 g | 20.14 g | 5.77 g | 15.92 g | 18.00 g | 10.14 g | 21.67 g | 10.02 g | 4.75 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 135.98 g | 23.58 g | 2.11 g | 101.42 g | 32.98 g | 2.18 g | 118.93 g | 67.73 g | 0.74 g | 87.46 g | 27.18 g | 1.47 g | 72.68 g | 4.58 g | 0.99 g | | |
| 1,3,7 | | | 1,(5),(6),(7),(8),(11),(12) | | | 1,7,(3),(6),(12) | | | 1,3,7,10,(12) | | | 1,3,7 | | | | |
| Ebéd | Középiskola A 15-18 éves | Vajgaluskaleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel | | | Füstölt sajtos karfiolkremleves Levesgyönggyel Spenótos rakott tészta | | | Meggykrémleves Pirított mandulával Rántott halrúd Burgonyapürével Vitaminsalátával | | | Egri gulyásleves Félbarna kenyérral Túrós tészta Pirított szalonnával Körte | | | Csontleves Cérnabetélttel Zöldborsó főzelék Csirke nuggetsszel Félbarna kenyérral | | |
| | | Energia: 841.44 Kcal / 3,517.22 KJ | | | Energia: 1,000.30 Kcal / 4,181.25 KJ | | | Energia: 791.11 Kcal / 3,306.84 KJ | | | Energia: 1,448.36 Kcal / 6,054.14 KJ | | | Energia: 926.58 Kcal / 3,873.10 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 28.96 g | 41.43 g | 11.45 g | 51.46 g | 49.57 g | 16.05 g | 45.08 g | 21.35 g | 3.68 g | 52.20 g | 78.40 g | 38.43 g | 48.37 g | 35.51 g | 2.04 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 87.06 g | 0.02 g | 5.76 g | 86.15 g | 0.30 g | 7.57 g | 101.50 g | 29.62 g | 3.41 g | 131.68 g | 0.00 g | 4.76 g | 102.23 g | 20.02 g | 7.67 g | | |
| 1,3,7,9 | | | 1,3,7,9,(6),(10),(11) | | | 1,3,4,7,8 | | | 1,3,7 | | | 1,3,7,9 | | | | |
| Vacsora | Középiskola A 15-18 éves | Barackos tea Rizsfelfújt Baracklevéllel | | | Cseresznyés tea Töltött háromszög | | | Erdei gyümölcsös tea Milánói makaróni Reszelt sajttal | | | Epres tea Párizsi sertésszelet Petrezselymes burgonyával | | | | | |
| | | Energia: 872.07 Kcal / 3,645.25 KJ | | | Energia: 945.81 Kcal / 3,953.49 KJ | | | Energia: 774.25 Kcal / 3,236.37 KJ | | | Energia: 934.77 Kcal / 3,907.34 KJ | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | | | |
| | | 20.22 g | 9.24 g | 4.01 g | 42.25 g | 25.70 g | 10.02 g | 41.55 g | 32.11 g | 9.14 g | 29.78 g | 54.69 g | 8.86 g | | | |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | | |
| 176.02 g | 91.63 g | 1.03 g | 135.85 g | 32.98 g | 1.62 g | 78.72 g | 17.00 g | 6.13 g | 79.97 g | 19.99 g | 3.78 g | | | | | |
| 1,3,7,(12) | | | 1,3,7 | | | 1,3,7 | | | 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-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, Pesti út 65.
Csoportos rendelésszám: 17783408-5-13
Adószám: 14592500-4-18
20.