


Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
 <p>Tízórai</p>	<p>Iskola alsós 7-11</p>	Macikávét Kifli			Barackos tea Kenőmájas Korpás kenyérrrel Uborkával			ÜNNEPNAP			Citromos tea Sonkakrémés Graham kenyér			Tej Fatörzs kifli			
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 292.20 Kcal / 1,221.40 KJ			Energia: 303.90 Kcal / 1,270.30 KJ			Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	7.16 g	5.86 g	2.24 g	7.90 g	6.66 g	2.85 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g	52.69 g	19.98 g	1.10 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
49.45 g			15.98 g			0.68 g			52.29 g			25.28 g			0.93 g		
1,7			1,(6),(7),(10)			1,7			1,3,7								
<p>Ebéd</p>	<p>Iskola alsós A menü 7-11</p>	Magyaros karfiolleves Erdélyi tokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérrrel			ÜNNEPNAP			Palóc gulyásleves Félbarna kenyérrrel Sajtós-tejfölös tészta			Erdei gyümölcsleves Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Káposztasalátával			
		Energia: 591.19 Kcal / 2,471.17 KJ			Energia: 646.98 Kcal / 2,704.38 KJ			Energia: 719.97 Kcal / 3,009.47 KJ			Energia: 954.06 Kcal / 3,987.97 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		20.26 g	28.19 g	7.28 g	21.62 g	25.80 g	6.54 g	30.15 g	29.24 g	11.94 g	27.83 g	45.74 g	7.77 g	83.06 g	0.01 g	2.47 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
63.48 g			0.01 g			2.96 g			81.20 g			15.00 g			3.28 g		
1,9			1,3,9			1,7,9,(3)			1,3,7								
<p>Iskola alsós B menü 7-11</p>	<p>Iskola alsós B menü 7-11</p>	Magyaros karfiolleves Carbonara spagetti			Tavaszi zöldségleves Budapest sertésragu Párolt rizszel			ÜNNEPNAP			Palóc gulyásleves Félbarna kenyérrrel Ízes derelye Porcukorral			Erdei gyümölcsleves Sült csirkecomb Rizibizivel Csemege uborkával			
		Energia: 552.25 Kcal / 2,308.41 KJ			Energia: 631.34 Kcal / 2,639.00 KJ			Energia: 526.84 Kcal / 2,202.19 KJ			Energia: 750.75 Kcal / 3,138.14 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		30.34 g	18.70 g	6.89 g	23.01 g	30.12 g	7.08 g	15.03 g	22.07 g	4.01 g	48.76 g	19.25 g	5.39 g	61.87 g	14.08 g	2.91 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
65.50 g			0.01 g			3.32 g			66.53 g			0.01 g			2.57 g		
1,7,9,(3),(6),(10),(11),(12)			1,9			1,3,7,9			1,7,15,(10),(12)								
<p>Uzsonna</p>	<p>Iskola alsós 7-11</p>	Sonkás Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Kockasajt Zsemle			ÜNNEPNAP			Vaníliakrémés rúd			Bécsi felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel			
		Energia: 194.22 Kcal / 811.84 KJ			Energia: 211.91 Kcal / 885.78 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 225.09 Kcal / 940.88 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		8.97 g	3.59 g	5.56 g	8.88 g	6.60 g	3.85 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.77 g	8.54 g	3.33 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
31.47 g			0.00 g			1.08 g			29.00 g			0.00 g			0.76 g		
1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)			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-csillagfűrt
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer
				16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17834065-13
 Adószám: 28215936-4-13
 Elővezetés: 7.