


Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Tejeskávé Kifli			Barackos tea Kenőmájás Korpás kenyér Uborka						Citromos tea Álomsonka krém Graham kenyér			Tej Fatörzs kifli		
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 338.68 Kcal / 1,415.68 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
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	8.44 g	8.55 g	3.25 g				7.90 g	6.66 g	2.85 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.45 g	15.98 g	0.68 g	56.49 g	28.28 g	1.05 g				52.69 g	19.98 g	1.10 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g		
1,7			1,(6),(7),(10)						1,7			1,3,7				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Magyaros karfiolleves Erdélyi tokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral						Palóc gulyásleves Félbarna kenyérral Sajtos-tejfölös tészta Alma			Erdei gyümölcsleves Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Házi káposztasalátával		
		Energia: 592.87 Kcal / 2,478.20 KJ			Energia: 665.85 Kcal / 2,783.25 KJ						Energia: 788.26 Kcal / 3,294.93 KJ			Energia: 995.16 Kcal / 4,159.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.39 g	28.21 g	7.28 g	22.35 g	26.30 g	6.58 g				31.05 g	30.96 g	12.20 g	28.46 g	47.26 g	7.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63.72 g	0.01 g	2.96 g	84.04 g	15.00 g	3.58 g				94.74 g	0.01 g	2.72 g	111.71 g	28.77 g	4.90 g		
1,9			1,3,9						1,7,9,(3)			1,3,7				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Sonka szelet Margarin Rozskenyér Paprika			Kockasajt Zsemle						Helyben sült vaníliakrémes rúd			Bécsi felvágott Margarin Korpás zsemle Jégcsapretek		
		Energia: 194.22 Kcal / 811.84 KJ			Energia: 287.22 Kcal / 1,200.58 KJ						Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 258.57 Kcal / 1,080.82 KJ		
		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	13.06 g	12.85 g	7.57 g				11.71 g	26.46 g	10.07 g	9.14 g	11.62 g	4.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.47 g	0.00 g	1.08 g	29.50 g	0.00 g	1.46 g				19.66 g	0.00 g	1.38 g	29.38 g	4.68 g	1.84 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-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 árak: 20/419-2804 / 783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13