


Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek				
<b>Reggeli</b>	<b>Középiscolás 15-18</b>	Tejeskávé Kifli		Barackos tea Kenőmájas Korpás kenyér Uborka		Citromos tea Álomsonka krém Graham kenyér		Tej Fatörzs kifli		
		Energia: 412.47 Kcal / 1,724.12 Kj		Energia: 524.09 Kcal / 2,190.70 Kj		Energia: 567.65 Kcal / 2,372.78 Kj		Energia: 653.27 Kcal / 2,730.67 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.04 g	4.31 g	2.24 g	13.86 g	11.64 g	4.04 g	15.79 g	13.30 g	5.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.90 g	17.98 g	1.15 g	90.22 g	19.99 g	1.86 g	95.40 g	19.99 g	2.20 g		
1,7		1,(6),(7),(10)		1,7		1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Középiscolás 15-18</b>	Magyaros karfiolleves Erdélyi tokány Párolt rizszel		Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral		Palóc gulyásleves Félbarna kenyérral Sajtos-tejfölös tészta Alma		Erdi gyümölcsleves Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Házi káposztasalátával		
		Energia: 779.45 Kcal / 3,258.10 Kj		Energia: 895.83 Kcal / 3,744.57 Kj		Energia: 1,067.10 Kcal / 4,460.48 Kj		Energia: 1,392.74 Kcal / 5,821.65 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.35 g	39.57 g	1.47 g	30.47 g	36.05 g	5.86 g	41.40 g	42.28 g	12.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.65 g	0.01 g	3.08 g	111.19 g	15.00 g	5.51 g	128.32 g	0.01 g	4.61 g		
1,9		1,3,9		1,7,9,(3)		1,3,7				
<b>Uzsonna</b>	<b>Középiscolás 15-18</b>	Sonka szelet Margarin Rozskenyér Paprika		Kockasajt Zsemle		Helyben sült vaníliakrémes rúd		Bécsi felvágott Margarin Korpás zsemle Jégcsapretek		
		Energia: 371.50 Kcal / 1,552.87 Kj		Energia: 423.82 Kcal / 1,771.57 Kj		Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 Kj		Energia: 447.37 Kcal / 1,870.01 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.88 g	6.81 g	11.21 g	17.76 g	13.20 g	7.70 g	23.42 g	52.92 g	20.14 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.62 g	0.00 g	2.37 g	58.00 g	0.00 g	1.52 g	39.32 g	0.00 g	2.76 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      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 elérés: 1783408-5-13  
Adószám: 14893560-4-13