


Heti étlap 2024.06.10. - 2024.06.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Tej Kifli			Csipkebogyós tea Sült húskrém Félbarna kenyér Salátalevél			Kakaó Kifli			Erdei gyümölcsös limonádé Magyaros vajkrém Tejjes kiórlésű kenyér Paprika			Limonádé Tavaszi felvágott Félbarna kenyér Margarin		
		Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ			Energia: 349.43 Kcal / 1,460.62 KJ			Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ			Energia: 311.31 Kcal / 1,301.28 KJ			Energia: 270.41 Kcal / 1,130.31 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		13.80 g	9.25 g	4.20 g	8.79 g	11.54 g	5.07 g	10.84 g	3.31 g	1.75 g	7.02 g	12.85 g	5.84 g	9.01 g	7.03 g	2.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.72 g	10.75 g	0.89 g	52.09 g	19.99 g	0.23 g	43.41 g	9.99 g	0.68 g	41.42 g	9.99 g	0.08 g	42.37 g	9.99 g	0.62 g		
1,3,7			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1,(7)				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Erőleves Levesbetét Budapest sertésragu Párolt rizs			Álföldi gulyásleves Félbarna kenyér Káposztás tészta Porcukor Görögdinnye			Tejszínes karfiolleves Sertéspörkölt Tarhonya köret Káposztasaláta			Vegyes zöldségkrémleves Píritott kenyérbocok Mexikói húsos babragu Félbarna kenyér			Magyaros csipetkeleves Magvas rántott sertésszelet Burgonyapüré		
		Energia: 720.85 Kcal / 3,013.15 KJ			Energia: 592.92 Kcal / 2,478.41 KJ			Energia: 669.88 Kcal / 2,800.10 KJ			Energia: 688.73 Kcal / 2,878.89 KJ			Energia: 729.46 Kcal / 3,049.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		24.61 g	36.11 g	7.71 g	22.07 g	11.73 g	2.09 g	27.78 g	27.82 g	5.69 g	31.69 g	25.92 g	6.34 g	28.64 g	26.00 g	7.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
73.47 g	0.00 g	1.31 g	98.73 g	13.99 g	1.79 g	76.41 g	8.02 g	4.68 g	81.59 g	0.01 g	3.19 g	93.44 g	11.68 g	7.81 g		
1,3,9			1,(3)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,11				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Soproni felvágott Korpás kenyér Margarin Jégcsapretek			Baromfi párizsi Korpás zsemle Margarin			Toast felvágott Rozskenyér Margarin Uborka			Meggyes táska			Poharas puding Korpás kifli		
		Energia: 251.03 Kcal / 1,049.31 KJ			Energia: 217.86 Kcal / 910.65 KJ			Energia: 222.28 Kcal / 929.13 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		8.38 g	11.63 g	4.35 g	8.27 g	7.81 g	3.09 g	13.14 g	5.24 g	6.37 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.24 g	4.68 g	2.03 g	28.56 g	0.00 g	1.25 g	30.57 g	3.30 g	1.10 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g		
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)				

Az étlanváltogatás íőát 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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 11783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 19.

Élelmezésvezető