


Heti étlap 2024.10.14. - 2024.10.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Tejeskávé Kifli			Erdei gyümölcsös tea Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóborkával			Barackos tea Sült zöldségkrémes Zsemle			Csipkebogyós tea Sonkkrémes Rozskenyér Lilahagymával			Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal		
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 Kj			Energia: 286.26 Kcal / 1,196.57 Kj			Energia: 318.42 Kcal / 1,331.00 Kj			Energia: 310.85 Kcal / 1,299.35 Kj			Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 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
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	8.36 g	8.54 g	3.25 g	5.57 g	8.42 g	4.00 g	8.34 g	7.18 g	7.37 g	12.76 g	5.60 g	2.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.45 g	15.98 g	0.68 g	43.51 g	15.30 g	1.05 g	54.61 g	24.98 g	0.17 g	52.73 g	19.99 g	0.78 g	58.18 g	16.20 g	0.33 g		
1,7		1,(6),(7),(10)			1,7,9			1,7			1,7					
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Magyaros karalábéleves Tejszínes gombás csirkemell ragu Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Kolbászos burgonyaleves Félbarna kenyérral Káposztás tészta Porcukorral Alma			Daragaluska leves Tejfölös zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Zöldborsókrémleves Pírutott kenyérkockával Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával		
		Energia: 534.51 Kcal / 2,234.25 Kj			Energia: 665.85 Kcal / 2,783.25 Kj			Energia: 671.26 Kcal / 2,805.87 Kj			Energia: 607.53 Kcal / 2,539.48 Kj			Energia: 897.47 Kcal / 3,751.42 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
		24.22 g	16.86 g	3.83 g	22.35 g	26.30 g	6.58 g	22.61 g	17.42 g	4.54 g	24.03 g	29.21 g	7.92 g	28.65 g	44.79 g	7.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.22 g	0.04 g	2.41 g	84.04 g	15.00 g	3.58 g	104.84 g	14.00 g	3.81 g	61.37 g	0.01 g	3.76 g	92.87 g	11.01 g	4.31 g		
1,7,9		1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9					
Uzsonna	Iskola felső 11-14 éves	Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Kajszibarackos háromszög			Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Kifli Kockasajttal			Sajtkrémes rúd		
		Energia: 210.80 Kcal / 881.14 Kj			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 Kj			Energia: 278.36 Kcal / 1,163.54 Kj			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 Kj			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 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
		11.52 g	4.01 g	5.69 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	10.22 g	11.85 g	4.34 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.10 g	0.00 g	1.40 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	32.57 g	0.00 g	2.35 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(7)		1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 19.

.....
 Élelmezésvezető