


Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.25.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Citromos tea Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Vaníliás tej Kifli			ÜNNEP			Barackos tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal		
		Energia: 359.41 Kcal / 1,502.33 Kj			Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 Kj			Energia: 376.43 Kcal / 1,573.48 Kj			Energia: 327.35 Kcal / 1,368.32 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		10.66 g	12.44 g	8.86 g	10.57 g	3.29 g	1.73 g	5.13 g	15.57 g	5.01 g	12.78 g	5.60 g	2.71 g	56.24 g	12.46 g	0.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.92 g	19.98 g	2.02 g	54.22 g	19.98 g	0.68 g	53.38 g	25.58 g	0.73 g	56.24 g	12.46 g	0.33 g	56.24 g	12.46 g	0.33 g		
1,(7)			1,7			1,3,4,7,10			1,7,(12)							
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Erőleves Cérnametélttel Toscan csirkeragu Penne tésztával Reszelt sajttal			Vegyes zöldségkrémleves Levesgyönggyel Hentes tokány Párolt rizszel Körte			Tejfölös karfiolleves Sertéspörkölt Tarhonya körettel Csemege uborkával					
		Energia: 437.70 Kcal / 1,829.59 Kj			Energia: 569.30 Kcal / 2,379.67 Kj			Energia: 809.42 Kcal / 3,383.38 Kj			Energia: 741.45 Kcal / 3,099.26 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		24.01 g	25.27 g	6.52 g	22.36 g	22.41 g	6.13 g	22.48 g	37.79 g	10.35 g	27.26 g	38.77 g	9.42 g	70.38 g	0.05 g	4.93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.37 g	0.17 g	0.66 g	68.90 g	3.03 g	2.30 g	93.80 g	0.27 g	3.68 g	70.38 g	0.05 g	4.93 g	70.38 g	0.05 g	4.93 g		
1,9,(3),(6),(7),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9,15,(12)							
Uzsonna	Iskola felső 11-14 éves	Meggyes táska			Mátrai diákcsemege Graham kenyér Margarinnal Kígyóuborkával			Sajtos pogácsa			Toast felvágott Korpás zsemle Margarinnal					
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 Kj			Energia: 204.85 Kcal / 856.27 Kj			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 Kj			Energia: 200.89 Kcal / 839.72 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.54 g	3.86 g	1.55 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	11.48 g	4.48 g	1.76 g	28.62 g	0.00 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.98 g	18.16 g	0.67 g	32.94 g	3.30 g	1.59 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.62 g	0.00 g	0.90 g	28.62 g	0.00 g	0.90 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,7			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-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	

Iskolás felsős 43. hét

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

Élelmezésvezető