


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p>Tízórai</p>	<p>Iskola felsős 11-14 éves</p>	Karamellás tej Molnárika			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémés Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Félbarna kenyérrrel			Tej Gabonagolyóval			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémés Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ			Energia: 322.19 Kcal / 1,346.75 KJ			Energia: 395.93 Kcal / 1,654.99 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 421.26 Kcal / 1,760.87 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.39 g	7.99 g	3.69 g	7.28 g	13.40 g	10.50 g	8.96 g	16.73 g	6.25 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	6.80 g	15.95 g	5.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.88 g	14.89 g	0.89 g	42.61 g	12.00 g	0.73 g	51.86 g	19.98 g	0.43 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	61.26 g	32.63 g	0.11 g		
1,3,7			1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
<p>Ebéd</p>	<p>Iskola felsős 11-14 éves</p>	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérrrel			Erőleves Roston csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Gyömbéres körtekrémleves Müzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Csemegeuborkával		
		Energia: 602.38 Kcal / 2,517.95 KJ			Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 KJ			Energia: 645.05 Kcal / 2,696.31 KJ			Energia: 656.29 Kcal / 2,743.29 KJ			Energia: 501.18 Kcal / 2,094.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.13 g	27.14 g	9.20 g	17.30 g	19.45 g	2.66 g	28.63 g	36.74 g	9.38 g	22.53 g	28.15 g	8.87 g	18.36 g	26.46 g	6.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.58 g	2.05 g	2.23 g	82.15 g	20.05 g	2.71 g	49.45 g	0.17 g	3.20 g	76.76 g	13.39 g	2.93 g	46.11 g	0.01 g	4.95 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
<p>Uzsonna</p>	<p>Iskola felsős 11-14 éves</p>	Korpás kenyér Kenőmájással Kígyóuborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			Sajtkrémés rúd Zabrudu		
		Energia: 236.66 Kcal / 989.24 KJ			Energia: 218.48 Kcal / 913.25 KJ			Energia: 256.42 Kcal / 1,071.84 KJ			Energia: 276.65 Kcal / 1,156.40 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.23 g	8.51 g	3.25 g	8.32 g	7.82 g	3.09 g	5.81 g	12.44 g	5.93 g	13.70 g	13.27 g	7.51 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
31.50 g	3.30 g	1.05 g	28.64 g	0.00 g	0.80 g	30.00 g	0.00 g	0.51 g	25.28 g	0.00 g	1.96 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(6),(7),(10)			1,(7)			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-csillagfűrt | 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