


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Reggeli	Középiskola 15-18 éves	Karamellás tej Molnárkával			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyérrel			Citromos tea Tepertőkrémes Félbarna kenyér			Tej Gabonagolyóval			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 637.75 Kcal / 2,665.80 KJ			Energia: 625.40 Kcal / 2,614.17 KJ			Energia: 734.57 Kcal / 3,070.50 KJ			Energia: 403.70 Kcal / 1,687.47 KJ			Energia: 624.73 Kcal / 2,611.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.37 g	14.66 g	6.08 g	10.82 g	27.67 g	13.44 g	17.90 g	28.27 g	10.91 g	18.01 g	8.70 g	3.72 g	16.18 g	13.34 g	4.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
102.53 g	27.38 g	2.52 g	82.39 g	30.16 g	1.40 g	101.15 g	35.91 g	0.53 g	63.07 g	0.00 g	1.09 g	107.72 g	48.47 g	0.71 g		
1,3,7			1,7,(3),(6),(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Középiskola 15-18 éves	Őszi Zöldségleves Bolognai szószos Spagetti tészta Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Panírozott dinó Zöldborsó főzelékkel Félbarna kenyérrel			Erőleves Roston sült csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel			Gyömbéres Körtekrémleves múzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 862.92 Kcal / 3,607.01 KJ			Energia: 763.06 Kcal / 3,189.59 KJ			Energia: 901.35 Kcal / 3,767.64 KJ			Energia: 741.78 Kcal / 3,100.64 KJ			Energia: 682.84 Kcal / 2,854.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38.70 g	44.84 g	13.21 g	23.96 g	25.38 g	3.47 g	43.96 g	51.93 g	13.76 g	25.42 g	32.72 g	10.25 g	27.35 g	40.08 g	10.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.96 g	5.06 g	2.02 g	109.60 g	20.12 g	3.81 g	63.77 g	0.23 g	9.16 g	84.82 g	17.38 g	3.41 g	51.63 g	0.01 g	7.10 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)				
Vacsora	Középiskola 15-18 éves	Kenőmájasos Korpás kenyér Kígyóborkával			Sertés párizsis Margarinos zsemle Jégsalátával			Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával			Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyérrrel			Sajtkrémes Rúd Zabrudai		
		Energia: 908.68 Kcal / 3,798.28 KJ			Energia: 543.34 Kcal / 2,271.16 KJ			Energia: 482.92 Kcal / 2,018.61 KJ			Energia: 716.49 Kcal / 2,994.93 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.81 g	54.70 g	6.08 g	16.77 g	13.25 g	1.73 g	28.20 g	27.20 g	9.66 g	26.37 g	23.52 g	9.45 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.12 g	24.99 g	1.68 g	87.62 g	4.32 g	4.88 g	99.89 g	32.08 g	0.62 g	98.85 g	29.98 g	1.23 g	g	g	g		
1,3,7,10,15,(12)			1,3,15,(12)			1,10,(12)			1,3,7			1,3,4,7,10				

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

EATREND Kft.
2700 Almásy, Pál ut. 85.
Csoportos étkeztetés
Élelmiszerlánc- és élelmiszerbiztonsági felügyelet
Élelmiszerlánc- és élelmiszerbiztonsági felügyelet

Élelmészvezető