


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Karamellás tej Molnárka			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémés Rozskenyér			Citromos tea Eatrend tepertőkrémés Félbarna kenyér			Tej Gabonagolyó			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémés Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ			Energia: 284.21 Kcal / 1,188.00 KJ			Energia: 343.39 Kcal / 1,435.37 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 340.71 Kcal / 1,424.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.39 g	7.99 g	3.69 g	7.03 g	9.40 g	8.57 g	7.92 g	11.47 g	4.34 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	6.84 g	10.67 g	3.30 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	42.41 g	12.00 g	0.73 g	51.67 g	19.98 g	0.22 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	53.81 g	25.38 g	0.11 g		
1,3,7			1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Őszi zöldségkrémleves Bolognai spagetti Sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Gyömbéres Körtekrémleves Müzli szóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 705.35 Kcal / 2,948.36 KJ			Energia: 538.87 Kcal / 2,252.48 KJ			Energia: 574.17 Kcal / 2,400.03 KJ			Energia: 580.64 Kcal / 2,427.08 KJ			Energia: 492.40 Kcal / 2,058.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.97 g	24.69 g	8.33 g	17.27 g	19.45 g	2.66 g	28.64 g	28.85 g	8.48 g	19.96 g	25.40 g	7.89 g	18.13 g	26.44 g	6.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89.92 g	2.03 g	1.44 g	74.06 g	12.06 g	2.71 g	49.53 g	0.17 g	3.54 g	66.80 g	13.39 g	2.61 g	44.22 g	0.01 g	4.95 g		
1,3,7,(6),(12)			1,7,9			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Korpás kenyér Kenőmájassal Kígyóborkával			Sertés párizsi Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			Sajtkrémés rúd Zabrudai		
		Energia: 201.97 Kcal / 844.23 KJ			Energia: 197.16 Kcal / 824.13 KJ			Energia: 218.44 Kcal / 913.08 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.90 g	5.81 g	2.24 g	7.13 g	6.00 g	2.41 g	5.56 g	8.44 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 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
30.29 g	3.30 g	0.93 g	28.62 g	0.00 g	0.58 g	29.80 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.26 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-szezámm	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
 Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cégnyilvántartási szám: 17783403-5-13
 Adószám: 14993560-4-13
 Élelmezésvezető