


Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
 eatrend Tízórai	Iskola Felső 11-14 éves	Epres tej Fatörzs kifli	Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér	Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér	Ivólé Margarinos Rozskenyér Főtt tojáskarikákkal	Tej Magyórákrém Félbarna kenyér	Erdei gyümölcsös tea Sült hagyma krém Korpás kenyér
		Energia: 453.55 Kcal / 1,895.84 KJ	Energia: 346.56 Kcal / 1,448.62 KJ	Energia: 340.49 Kcal / 1,423.25 KJ	Energia: 218.40 Kcal / 912.91 KJ	Energia: 412.91 Kcal / 1,725.96 KJ	Energia: 293.19 Kcal / 1,225.53 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		13.81 g 9.25 g 4.20 g	6.58 g 11.20 g 5.07 g	7.70 g 9.97 g 4.65 g	8.88 g 5.48 g 6.04 g	14.63 g 12.90 g 2.01 g	4.91 g 11.95 g 5.30 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
78.23 g 30.78 g 0.89 g	54.36 g 24.98 g 0.67 g	54.66 g 19.98 g 0.50 g	33.06 g 2.88 g 0.83 g	59.08 g 14.40 g 0.27 g	41.00 g 12.00 g 1.10 g		
1,3,7	1,7	1,7,10,(3),(6),(11),(1)	1,3,(7)	1,5,6,7,8	1,7		
Ebéd	Iskola Felső 11-14 éves	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizzsel	Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral	Korhelyleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szóráttal Mandarin	Paradicsomleves Betűesztával Rántott halfilé szezámmagos bundában Burgonyapürével	Téli fűszeres meggyleves Eatrend burger Sült burgonyával Jégsalátával	Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyes vágottal
		Energia: 557.46 Kcal / 2,330.18 KJ	Energia: 412.38 Kcal / 1,723.75 KJ	Energia: 657.77 Kcal / 2,749.48 KJ	Energia: 1,009.53 Kcal / 4,219.84 KJ	Energia: 639.77 Kcal / 2,674.24 KJ	Energia: 561.51 Kcal / 2,347.11 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		22.98 g 23.36 g 6.08 g	17.64 g 31.45 g 9.10 g	20.72 g 18.45 g 6.78 g	23.89 g 51.03 g 7.43 g	19.01 g 26.11 g 4.68 g	23.90 g 24.42 g 7.28 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
64.56 g 0.01 g 3.37 g	54.39 g 9.01 g 2.52 g	101.25 g 38.66 g 2.62 g	111.11 g 32.03 g 5.26 g	78.65 g 20.80 g 3.08 g	63.64 g 0.01 g 2.59 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,7,(12)	1,3,4,7,9,11	1,3,7,10,11,(6),(8),(12)	1,9,15,(10),(12)		
Uzsonna	Iskola Felső 11-14 éves	Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával	Csokoládékrém rúd	Korpás zsemle Kenőmájással Kígyóborkával	Bécsi felvágottas Zsemle Margarinnal Salátalevéllel	Poharas gyümölcsjoghurt Korpás kifli	Sajtkrém rúd
		Energia: 238.78 Kcal / 998.10 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 244.20 Kcal / 1,020.76 KJ	Energia: 254.96 Kcal / 1,065.73 KJ	Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 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	Fehérje Zsír T.Zsír
		10.52 g 7.96 g 7.17 g	11.71 g 26.46 g 10.07 g	8.99 g 8.50 g 3.38 g	8.86 g 11.60 g 4.47 g	10.93 g 6.56 g 3.20 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	Szénhidrát Cukor Só
31.18 g 0.00 g 1.36 g	19.66 g 0.00 g 1.38 g	32.64 g 3.30 g 0.86 g	28.67 g 0.00 g 1.38 g	46.73 g 12.99 g 1.05 g	33.28 g 0.00 g 1.69 g		
1,(7)	1,7,(3),(6),(8),(11),(1)	1,(6),(7),(10)	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-tejte 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófí 11-szezám | 14-puhatestűk | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer | | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cégnyilvántartás szám: 17783403-5-13
 Adószám: 14892580-1-13
 Élelmézszer-vezető