


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	Iskola alsós 7-10 éves	Tej Mézes Margarinos Félbarna kenyér		Erdei gyümölcsös tea Diákcsemegés Margarinos Korpás kenyér Paradicsommal		Tea barackos Házi padlizsánkrémes Zsemle		Citromos tea Majonézes tojáskrémes Rozskenyér		Kakaó Kalács						
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ		Energia: 246.06 Kcal / 1,028.53 KJ		Energia: 335.63 Kcal / 1,402.93 KJ		Energia: 330.33 Kcal / 1,380.78 KJ		Energia: 383.80 Kcal / 1,604.28 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.65 g	6.23 g	2.27 g	5.67 g	15.60 g	5.87 g	7.75 g	10.77 g	7.30 g	14.15 g	9.64 g	4.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	40.62 g	12.00 g	1.23 g	42.68 g	13.19 g	0.58 g	50.60 g	19.98 g	1.24 g	59.66 g	14.19 g	0.90 g		
1,7		1,(7)		1,3,7,10,(12)		1,3,7,10,(12)		1,3,7								
Ebéd	Iskola alsós 7-10 éves	Karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizszel Tartármártással		Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával		Paradicsomleves Levesbetéttel Gyros tál Vitaminsalátával		Jókai bableves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklevárral Porcukorral Alma		Csontleves Levesbetéttel Sült bécsi virsli Burgonyafőzelékkel Félbarna kenyérral						
		Energia: 866.86 Kcal / 3,623.47 KJ		Energia: 584.99 Kcal / 2,445.26 KJ		Energia: 665.88 Kcal / 2,783.38 KJ		Energia: 876.55 Kcal / 3,663.98 KJ		Energia: 444.05 Kcal / 1,856.13 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		38.11 g	43.92 g	9.76 g	22.46 g	26.59 g	6.90 g	32.82 g	12.19 g	2.32 g	28.10 g	12.28 g	3.16 g	18.86 g	27.58 g	6.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78.98 g	20.29 g	2.01 g	63.23 g	0.03 g	5.11 g	104.68 g	33.13 g	3.93 g	160.49 g	28.72 g	2.55 g	63.80 g	0.02 g	1.19 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)		1,3,9,(7)		1,3,7,9,(10)		1,7,9,(12)		1,3,7,9								
Uzsonna	Iskola alsós 7-10 éves	Turista felvágottas Margarinos Korpás zsemle Paprikával		Helyben sült csokoládékrémes rúd		Szendvics sonkás Margarinos Graham kenyér Uborkával		Helyben sült sajtos rúd		Baromfi párizsis Margarinos Korpás zsemle Jégcsapretekkel						
		Energia: 217.82 Kcal / 910.49 KJ		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ		Energia: 175.89 Kcal / 735.22 KJ		Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ		Energia: 222.09 Kcal / 928.34 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		8.10 g	7.48 g	2.84 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.68 g	2.67 g	1.23 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g	8.60 g	7.84 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.46 g	0.00 g	1.20 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	29.27 g	3.30 g	1.23 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	29.35 g	4.68 g	1.04 g		
1,(7)		1,7,(3),(6),(8),(11),(12)		1,(7)		1,7,(3),(6),(8),(11),(12)		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	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 14893560-4-13
27.

..... **Élelmezésvezető**