


Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

|  | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|--------------------------|--|---------------|------------|--|---------|------------|--|---------|------------|---|----------------------------|------------|---|---------|------------|
| Tízórai | Iskola 11-14 éves | Tej Kalács Körte | | | Mentás limonádé Tonhalkrémes Rozskenyér Paprikával | | | Karamellás tej Kifli | | | Barackos tea Paprikás szalámis Félbarna kenyér Delma margarinnal Uborkával | | | Narancsos limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Delma margarinnal Paprikával | | |
| | | Energia: 398.28 Kcal / 1,664.81 KJ | | | Energia: 347.40 Kcal / 1,452.13 KJ | | | Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ | | | Energia: 308.44 Kcal / 1,289.28 KJ | | | Energia: 328.47 Kcal / 1,373.00 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav |
| | | 13.88 g | 9.23 g | 4.01 g | 6.91 g | 17.88 g | 8.93 g | 10.56 g | 3.28 g | 1.73 g | 8.72 g | 11.37 g | 3.81 g | 10.10 g | 14.24 g | 8.58 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 64.27 g | 3.85 g | 0.85 g | 39.01 g | 9.99 g | 0.68 g | 45.89 g | 12.49 g | 0.68 g | 42.53 g | 16.49 g | 0.64 g | 39.58 g | 10.13 g | 1.93 g | | |
| 1,3,7 | | | 1,3,4,7,10 | | | 1,7 | | | 1,(7) | | | 1,(7) | | | | |
| Ébéd | Iskola 11-14 éves | Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacska tésztával | | | Magyaros burgonyaleves Sült bécsi virsli Lencsefőzelékkel Félbarna kenyér | | | Csontleves Cérnametéllel Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyér | | | Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszsel Alma | | | Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajttal | | |
| | | Energia: 736.00 Kcal / 3,076.48 KJ | | | Energia: 479.74 Kcal / 2,005.31 KJ | | | Energia: 588.38 Kcal / 2,459.43 KJ | | | Energia: 813.89 Kcal / 3,402.06 KJ | | | Energia: 686.78 Kcal / 2,870.74 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav |
| | | 30.66 g | 38.06 g | 10.17 g | 26.64 g | 27.58 g | 7.87 g | 21.29 g | 24.51 g | 6.33 g | 23.61 g | 39.33 g | 9.76 g | 37.45 g | 27.81 g | 10.31 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 67.12 g | 0.02 g | 2.46 g | 65.16 g | 2.01 g | 2.29 g | 70.03 g | 15.03 g | 2.98 g | 89.87 g | 0.03 g | 3.17 g | 71.61 g | 0.01 g | 6.14 g | | |
| 1,3,7,9 | | | 1,7,9,10,(12) | | | 1,3,9 | | | 1,7,9 | | | 1,3,7,9,(6),(10),(11),(12) | | | | |
| Uzsonna | Iskola 11-14 éves | Pulykamell sonkás Rozskenyér Margarinnal Uborkával | | | Sajtkrémes rúd Szilva | | | Bécsi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Salátalevéellel | | | Zöldfűszeres kockasajtos Korpás kifli | | | Pizzaszelet | | |
| | | Energia: 195.57 Kcal / 817.48 KJ | | | Energia: 191.12 Kcal / 798.88 KJ | | | Energia: 259.94 Kcal / 1,086.55 KJ | | | Energia: 200.79 Kcal / 839.30 KJ | | | Energia: 308.27 Kcal / 1,288.57 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav | Fehérje | Zsír | T.Zsír/sav |
| | | 10.96 g | 3.86 g | 5.53 g | 8.55 g | 3.01 g | 3.61 g | 9.72 g | 12.24 g | 8.48 g | 11.68 g | 5.07 g | 2.41 g | 12.63 g | 9.88 g | 2.98 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 29.22 g | 3.30 g | 1.35 g | 37.48 g | 0.00 g | 1.70 g | 27.62 g | 0.00 g | 1.96 g | 26.68 g | 0.00 g | 0.94 g | 42.02 g | 0.10 g | 1.09 g | | |
| 1,(7) | | | 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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Kft.
2730 Alagútútsza, Pestújt 65.
Csoportos adószám: 183378-5-13
Adószám: 18935604-13
Élelmezésvezető