

Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
eatrend	Tízórai	Epres tej Fatörzs kifli Alma			Barackos tea Sült paprikakrém Tejjes kiórlésű kenyér			Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér			Gyümölcsle Delma margarin Rozskenyér Főtt tojáskarikákkal			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Makói sült hagymakrém Rozskenyér		
		Energia: 453.55 Kcal / 1,895.84 KJ			Energia: 346.56 Kcal / 1,448.62 KJ			Energia: 327.56 Kcal / 1,369.20 KJ			Energia: 222.91 Kcal / 931.76 KJ			Energia: 399.98 Kcal / 1,671.92 KJ			Energia: 305.71 Kcal / 1,277.87 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	7.21 g	9.92 g	4.64 g	8.38 g	7.29 g	5.76 g	14.14 g	12.85 g	2.00 g	6.53 g	12.58 g	9.44 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	52.05 g	19.98 g	0.50 g	30.57 g	2.88 g	0.74 g	56.47 g	14.40 g	0.27 g	41.09 g	12.00 g	1.04 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
Ebéd	Iskola felsős Cegléd 11 - 14 éves	Tojásleves Füstölt sajtos brokkolis csirkeragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral			Korhelyleves kolbásszal Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Mandarin			Paradicsomleves Betűesztával Rántott halfilé szezámagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyleves Eatrend dínóburger Sült burgonya			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 felsős Cegléd 11 - 14 éves	Zala felvágottas Rozskenyér Delma margarinnal Paprikával			Csokoládékrém rúd			Korpás zsemle Kenőmájással Kígyóborkával			Bécsi felvágottas Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Gyümölcsös joghurt Korpás kifli			Sajtkrém rúd Alma		
		Energia: 243.29 Kcal / 1,016.95 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: 216.18 Kcal / 903.63 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
		10.02 g	9.77 g	6.89 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	8.59 g	2.91 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.69 g	0.00 g	1.27 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	43.78 g	0.00 g	1.71 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,7				

Az étlanváltoztatás igazát 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-tejtermél | 10-mustár            | 13-csillagfűrt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék  | 11-szezám            | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller    | 12-kéndioxid-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**  
 Eatrend Kft.  
 2730 Alkarsáns, Pesti út 85.  
 Csoportos étkezés: 2023.09.05-13  
 Adószám: 24935604-13  
 .....  
 Élelmezésvezető