


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felsős Cegléd 11-14 éves	Epres tej Mézes Félbarna kenyér Delma margarinnal			Ivólé Sárgarépas sajtvarázskrémös Rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrémös Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottos Rozskenyér Delma margarinnal Paradicsommal			Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kígyóborkával		
		Energia: 244.06 Kcal / 1,020.17 KJ			Energia: 256.85 Kcal / 1,073.63 KJ			Energia: 348.57 Kcal / 1,457.02 KJ			Energia: 319.83 Kcal / 1,336.89 KJ			Energia: 286.44 Kcal / 1,197.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.52 g	4.51 g	1.20 g	7.19 g	11.16 g	9.13 g	6.39 g	14.41 g	5.77 g	9.17 g	9.38 g	6.80 g	9.51 g	2.75 g	1.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.22 g	16.39 g	0.03 g	31.35 g	2.88 g	1.02 g	47.89 g	24.43 g	0.60 g	49.36 g	19.99 g	1.23 g	55.49 g	28.83 g	0.93 g		
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7				
Ebéd	Iskola felsős Cegléd 11-14 éves	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajt szórattal			Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Tejbegríz Kakaó szórattal Narancs			Sajtkrémleves Nachos-szal Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérnametéllel Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral		
		Energia: 562.60 Kcal / 2,351.67 KJ			Energia: 683.88 Kcal / 2,858.62 KJ			Energia: 505.01 Kcal / 2,110.94 KJ			Energia: 694.54 Kcal / 2,903.18 KJ			Energia: 588.38 Kcal / 2,459.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		32.17 g	21.42 g	7.65 g	23.35 g	29.54 g	7.70 g	21.82 g	8.08 g	3.32 g	21.38 g	34.45 g	8.67 g	21.29 g	24.51 g	6.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.04 g	0.02 g	4.76 g	79.50 g	0.00 g	1.71 g	85.61 g	38.67 g	1.27 g	74.24 g	0.14 g	1.79 g	70.03 g	15.03 g	2.98 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9				
Uzsonna	Iskola felsős Cegléd 11-14 éves	Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Meggyes táska Mandarin			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal			Sajtkrémös rúd Alma			Csokoládés puding Kifli		
		Energia: 234.88 Kcal / 981.80 KJ			Energia: 388.08 Kcal / 1,622.17 KJ			Energia: 217.86 Kcal / 910.65 KJ			Energia: 216.18 Kcal / 903.63 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.06 g	9.33 g	3.45 g	4.48 g	18.57 g	4.87 g	8.27 g	7.81 g	4.09 g	8.59 g	2.91 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.60 g	0.00 g	1.17 g	49.78 g	18.16 g	0.67 g	28.56 g	0.00 g	0.80 g	43.78 g	0.00 g	1.71 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-soja	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Eatrend Kft.
 2790 Alhórtisa, Perli út 65.
 Csoportos előszám: 1/83/08-5-13
 Adószám: 11893560-4-13
 Élelmiszevizsgáló