


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola alsó Cegléd 7 - 10 éves</b>	Csokis tej Kifli Mandarin			Barackos tea Sütőtökös sajtkrém Rozskenyér			Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Rozskenyér Delma margarinnal			Tej Margarinos Rozskenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér		
		Energia: 337.00 Kcal / 1,408.66 KJ			Energia: 300.26 Kcal / 1,255.09 KJ			Energia: 307.28 Kcal / 1,284.43 KJ			Energia: 333.05 Kcal / 1,392.15 KJ			Energia: 309.08 Kcal / 1,291.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.27 g	3.59 g	1.73 g	6.72 g	8.66 g	7.92 g	7.68 g	9.50 g	6.75 g	17.90 g	11.37 g	10.06 g	6.31 g	9.35 g	3.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.02 g	19.98 g	0.68 g	48.44 g	19.98 g	1.07 g	47.48 g	19.99 g	1.07 g	39.59 g	0.00 g	1.37 g	49.48 g	20.38 g	0.02 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola alsó Cegléd 7 - 10 éves</b>	Erőleves Párolt sertésszelet Almamártással Pírtott darával			Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Galuskával Vegyes vágottal			Füstölt sajtos Karfiolkrémleves Levesgyöngyvel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szórattal Alma			Szárzableves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyraguval		
		Energia: 367.88 Kcal / 1,537.74 KJ			Energia: 703.30 Kcal / 2,939.79 KJ			Energia: 743.73 Kcal / 3,108.79 KJ			Energia: 641.39 Kcal / 2,681.01 KJ			Energia: 996.04 Kcal / 4,163.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.97 g	12.55 g	3.66 g	24.04 g	28.94 g	7.41 g	51.45 g	31.16 g	8.25 g	28.49 g	26.63 g	8.58 g	21.21 g	27.30 g	4.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.30 g	12.00 g	3.09 g	87.62 g	10.09 g	4.90 g	52.42 g	0.59 g	4.38 g	70.54 g	2.05 g	2.23 g	164.65 g	70.44 g	2.04 g		
1,7,9,(10)			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola alsó Cegléd 7 - 10 éves</b>	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Sonkás-sajtos pizzaszelet Alma			Csokoládépuding Kifli			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Párizsis Korpás zsemle Delma margarinnal Paprikával		
		Energia: 233.13 Kcal / 974.48 KJ			Energia: 319.98 Kcal / 1,337.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 242.11 Kcal / 1,012.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.72 g	9.00 g	3.23 g	16.34 g	11.69 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	8.69 g	9.82 g	3.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.24 g	0.00 g	0.98 g	36.63 g	3.03 g	2.04 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	29.61 g	0.00 g	1.22 g		
1,(7)			1,3,7			1,(7)			1,(7)			1,(7)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.  
 Étrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Eatrend Kft.**  
 2730 Mór, Árpád u. 17. 11. sz. 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 18935604-13  
 .....  
 Élelmiszervezető