


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|--------------|---|---------|---------|--|---------------|---------|--|-----------------------|--------|--|---------------|---------|---|---------|--------|
|  Tízórai | Iskola felső | Karamellás tej Molnárika | | | Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér | | | Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Félbarna kenyér | | | Tej Gabonagolyó | | | Almás-fahéjas tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér | | |
| | | Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ | | | Energia: 322.19 Kcal / 1,346.75 KJ | | | Energia: 395.93 Kcal / 1,654.99 KJ | | | Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ | | | Energia: 421.26 Kcal / 1,760.87 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 12.39 g | 7.99 g | 3.69 g | 7.28 g | 13.40 g | 10.50 g | 8.96 g | 16.73 g | 0.00 g | 9.88 g | 3.24 g | 1.67 g | 6.80 g | 15.95 g | 5.56 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 52.88 g | 14.89 g | 0.89 g | 42.61 g | 12.00 g | 0.73 g | 51.86 g | 11.99 g | 1.20 g | 43.80 g | 0.00 g | 1.18 g | 61.26 g | 13.99 g | 0.60 g | | |
| 1,3,7 | | | 1,7 | | | 1,3,7,10,(12) | | | 7,(1),(3),(5) | | | 1,3,4,7,10 | | | | |
| Ebéd | Iskola felső | Őszi zöldségleves Bolognai szósz Spagetti tészta Reszelt sajt | | | Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínó Félbarna kenyér | | | Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizs Sajtmártás | | | Gyömbéres Körtekrémleves Műzliszórat Rakott karfiol rizzsel Szilva | | | Tojásleves Pusztaپörkölt Csemege uborka Félbarna kenyér | | |
| | | Energia: 602.38 Kcal / 2,517.95 KJ | | | Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 KJ | | | Energia: 645.05 Kcal / 2,696.31 KJ | | | Energia: 555.97 Kcal / 2,323.95 KJ | | | Energia: 656.36 Kcal / 2,743.58 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 28.13 g | 27.14 g | 5.65 g | 17.30 g | 19.45 g | 1.20 g | 28.63 g | 36.74 g | 2.24 g | 20.47 g | 20.16 g | 4.81 g | 24.24 g | 27.06 g | 6.63 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 60.58 g | 2.00 g | 0.79 g | 82.15 g | 10.06 g | 3.91 g | 49.45 g | 0.17 g | 2.02 g | 71.92 g | 0.00 g | 2.57 g | 77.49 g | 0.01 g | 6.14 g | | |
| 1,3,7,9,(6),(12) | | | 1,7,9 | | | 1,7,9,(10) | | | 1,5,6,7,(8),(11),(12) | | | 1,3,9,15,(12) | | | | |
| Uzsonna | Iskola felső | Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóborkával | | | Zsemle Sertés párizsi Margarinnal Salátalevél | | | Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával | | | Kockasajittal Korpás kifli | | | Sajtkrémes rúd Zabrudí | | |
| | | Energia: 236.66 Kcal / 989.24 KJ | | | Energia: 218.48 Kcal / 913.25 KJ | | | Energia: 256.42 Kcal / 1,071.84 KJ | | | Energia: 276.65 Kcal / 1,156.40 KJ | | | Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 8.23 g | 8.51 g | 3.03 g | 8.32 g | 7.82 g | 2.41 g | 5.81 g | 12.44 g | 5.93 g | 13.70 g | 13.27 g | 7.51 g | 7.99 g | 2.31 g | 3.61 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 31.50 g | 0.00 g | 1.05 g | 28.64 g | 0.00 g | 1.03 g | 30.00 g | 0.00 g | 0.51 g | 25.28 g | 0.00 g | 1.96 g | 33.28 g | 0.00 g | 1.69 g | | |
| 1,(6),(7),(10) | | | 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!



Élelmezésvezető