


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>	Tej Góliát szalámi Margarinos Félbarna kenyérrrel Fatörzs kifli			Erdei gyümölcsös tea Diákcsemege Margarinos Félbarna kenyérrrel Paradicsommal Müzsizsület			Barackos tea Olasz felvágott Vajkrémes Zsemlével Jégcsapretekkel			Citromos tea Majonézes tojáskrém Bécsi felvágottal Zsemlével			Kakaó Kalács Vajjal		
		Energia: 1,097.06 Kcal / 4,585.71 KJ			Energia: 549.53 Kcal / 2,297.04 KJ			Energia: 687.20 Kcal / 2,872.50 KJ			Energia: 720.18 Kcal / 3,010.35 KJ			Energia: 789.09 Kcal / 3,298.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		38.18 g	30.61 g	12.56 g	17.58 g	12.10 g	5.09 g	16.58 g	29.11 g	12.58 g	18.26 g	32.41 g	10.40 g	22.99 g	30.70 g	14.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
166.31 g	21.50 g	2.49 g	92.18 g	15.00 g	0.79 g	88.96 g	36.22 g	1.83 g	88.64 g	29.98 g	2.39 g	104.28 g	21.38 g	1.58 g		
1,3,7			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Paradicsomleves Gyrosos sertéssült Joghurtos öntettel Steak burgonyával Vitaminálátával			Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Fahéjas csiga Alma			Csontleves Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelékkel Félbarna kenyérrrel		
		Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ			Energia: 783.76 Kcal / 3,276.12 KJ			Energia: 881.51 Kcal / 3,684.71 KJ			Energia: 1,479.42 Kcal / 6,183.98 KJ			Energia: 617.68 Kcal / 2,581.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		49.04 g	82.22 g	16.31 g	30.41 g	36.05 g	9.37 g	38.94 g	19.32 g	6.30 g	45.82 g	31.48 g	9.31 g	31.26 g	43.37 g	12.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.60 g	25.30 g	3.23 g	83.33 g	0.03 g	5.82 g	136.90 g	48.17 g	5.68 g	251.92 g	61.69 g	3.80 g	93.53 g	0.04 g	3.84 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,3,7,9			1,3,7,9				
<b>Vacsora</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>	Citromos tea Füstölt főtt tarja, Margarinos Graham kenyérrrel Paradicsommal			Cseresznyés tea Sonkás sajtos pizzaszület			Csipkebogyós tea Milánói makaróni Reszelt sajttal			Málnás tea Óvári sertésszelet Petrezselymes burgonyával					
		Energia: 862.22 Kcal / 3,604.08 KJ			Energia: 744.09 Kcal / 3,110.30 KJ			Energia: 832.12 Kcal / 3,478.26 KJ			Energia: 764.22 Kcal / 3,194.44 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		29.98 g	39.26 g	15.08 g	25.73 g	20.28 g	6.52 g	40.45 g	28.60 g	8.14 g	39.47 g	32.83 g	8.63 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
96.49 g	29.98 g	7.27 g	113.86 g	20.19 g	2.18 g	102.14 g	29.98 g	3.93 g	77.01 g	19.99 g	6.22 g					
1,(7)			1,3,7			1,7,(3)			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 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 27.