


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola	Csokis tej Kifli			Barackos tea Sütőtökös sajtkrém Rozskenyérrel			Cspikebogyós tea Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal			Tej Margarinos Korpás kenyér Sajtszelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrém Félbarna kenyérrel		
		Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ			Energia: 374.48 Kcal / 1,565.33 KJ			Energia: 302.43 Kcal / 1,264.16 KJ			Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 KJ			Energia: 367.81 Kcal / 1,537.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.29 g	1.73 g	7.37 g	13.02 g	10.61 g	7.09 g	9.27 g	3.32 g	16.28 g	10.74 g	5.92 g	7.03 g	14.20 g	5.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.22 g	19.98 g	0.68 g	56.40 g	24.98 g	1.58 g	47.41 g	19.99 g	1.36 g	39.50 g	0.00 g	1.43 g	52.46 g	20.58 g	0.03 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola	Erőleves Zöldborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrel			Almás szilvaleves Tarhonyás hús Vegyes vágottal			Póréhagymakrémleves Pírtott kenyérfocikával Narancsos csirkecomb Párolt zöldséggel Párolt rizszel			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajtszóráttal Alma			Szárzabbaleves Félbarna kenyérrel Mákos piskóta Meggyszósszal		
		Energia: 834.43 Kcal / 3,487.92 KJ			Energia: 627.06 Kcal / 2,621.11 KJ			Energia: 704.31 Kcal / 2,944.02 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
		29.16 g	42.40 g	8.68 g	23.39 g	25.44 g	6.97 g	48.50 g	27.62 g	5.42 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
84.33 g	19.98 g	1.79 g	77.18 g	11.39 g	1.59 g	53.40 g	0.31 g	4.91 g	70.54 g	2.05 g	2.23 g	164.65 g	70.44 g	2.04 g		
1,3,7,9			1,3,7,15,(10),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)				
Uzsonna	Iskola	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Pizzaszelet			Puding Kifli			Turista felvágottas Zsemle Margarinnal			Sertés párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 240.95 Kcal / 1,007.17 KJ			Energia: 224.72 Kcal / 939.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.09 g	12.08 g	4.38 g	15.74 g	11.09 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	9.26 g	9.91 g	3.75 g	8.69 g	7.92 g	3.09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.27 g	0.00 g	1.40 g	26.13 g	3.03 g	2.02 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.59 g	0.00 g	1.07 g	29.61 g	0.00 g	1.25 g		
1,(7)			1,3,7			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!

 **Eatrend Kft.**
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 27.