


Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Tej Mézes Margarinos Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Diákcsemegés Margarinos Korpás kenyér Paradicsommal			Tea barackos Házi padlizsánkrémes Zsemle			Citromos tea Majonézes tojáskrémes Rozskenyér			Kakaó Kalács		
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 Kj			Energia: 246.06 Kcal / 1,028.53 Kj			Energia: 359.64 Kcal / 1,503.30 Kj			Energia: 380.55 Kcal / 1,590.70 Kj			Energia: 383.80 Kcal / 1,604.28 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.65 g	6.23 g	2.27 g	5.76 g	18.20 g	6.32 g	8.58 g	15.92 g	9.02 g	14.15 g	9.64 g	4.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	40.62 g	12.00 g	1.23 g	42.70 g	13.19 g	0.59 g	50.98 g	19.98 g	1.26 g	59.66 g	14.19 g	0.90 g		
1,7			1,(7)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Karfiolekrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonya körettel			Paradicsomleves Levesbetéttel Gyros tál Vitaminsalátával			Jókai bableves Félbarna kenyérral Prézlis nudli Lekvárral Porcukorral Alma			Csontleves Levesbetéttel Burgonyafőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 906.54 Kcal / 3,789.34 Kj			Energia: 592.00 Kcal / 2,474.56 Kj			Energia: 822.75 Kcal / 3,439.10 Kj			Energia: 879.53 Kcal / 3,676.44 Kj			Energia: 455.52 Kcal / 1,904.07 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		38.31 g	47.89 g	10.31 g	22.60 g	26.70 g	6.78 g	31.62 g	17.15 g	4.63 g	28.24 g	12.31 g	3.16 g	19.17 g	27.64 g	6.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79.77 g	20.29 g	2.50 g	64.58 g	0.03 g	5.09 g	133.80 g	44.38 g	6.78 g	160.97 g	28.72 g	2.86 g	66.21 g	0.04 g	1.29 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Turista felvágottas Margarinos Korpás zsemle Paprikával			Csokoládékrémes rúd Narancs			Szendvics sonka Margarinos Graham kenyér Uborkával			Sajtos rúd			Sertés párizsis Margarinos Korpás zsemle Jégcsapretekkel		
		Energia: 246.83 Kcal / 1,031.75 Kj			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 219.84 Kcal / 918.93 Kj			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 Kj			Energia: 222.09 Kcal / 928.34 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.62 g	10.00 g	3.75 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	13.02 g	3.05 g	1.28 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g	8.60 g	7.84 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.49 g	0.00 g	1.52 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	35.01 g	3.30 g	1.79 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	29.35 g	4.68 g	1.04 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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-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: 14892599-4-18  
 20.