


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	725 Eger Iskolás 7-10 éves	Limonádé Fokhagymás felvágott Margarinnal Rozskenyérrel Tejszelet			Vaníliás tej Kiflivel Rozskenyér Margarinnal Szendvics sonkával Paprikával			Barackos tea Sertés párizsi Margarinnal Korpás kenyérrrel Poharas gyümölcsjoghurt			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Sajtos rúd			Tej Brióssal Májusi csemege Margarinnal Félbarna kenyérrrel Paprikával		
		Energia: 369,55 Kcal / 1,544,72 KJ			Energia: 493,75 Kcal / 2,063,88 KJ			Energia: 445,34 Kcal / 1,861,52 KJ			Energia: 390,35 Kcal / 1,631,66 KJ			Energia: 449,13 Kcal / 1,877,36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		10,88 g	14,63 g	9,94 g	21,43 g	6,74 g	7,26 g	12,17 g	11,84 g	5,41 g	9,62 g	13,75 g	5,15 g	18,72 g	11,83 g	5,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48,08 g	15,92 g	1,69 g	86,46 g	19,98 g	1,90 g	71,85 g	34,97 g	1,71 g	56,57 g	12,00 g	1,75 g	66,59 g	5,54 g	1,02 g		
1,3,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10,(6),(8),(11),(12)			1,3,7				
Tízórai	725 Eger Iskolás 7-10 éves	Limonádé Fokhagymás felvágott Margarinnal Rozskenyérrel			Vaníliás tej Kiflivel			Barackos tea Sertés párizsi Margarinnal Korpás kenyérrrel			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával			Tej Brióssal		
		Energia: 281,61 Kcal / 1,177,13 KJ			Energia: 290,11 Kcal / 1,212,66 KJ			Energia: 279,23 Kcal / 1,167,18 KJ			Energia: 296,52 Kcal / 1,239,45 KJ			Energia: 234,07 Kcal / 978,41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		8,83 g	9,28 g	7,71 g	10,57 g	3,29 g	1,73 g	6,58 g	6,05 g	2,28 g	5,14 g	12,44 g	2,96 g	10,41 g	6,22 g	2,95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40,28 g	9,99 g	1,60 g	54,22 g	19,98 g	0,68 g	49,40 g	21,98 g	1,22 g	40,47 g	12,00 g	0,73 g	33,84 g	5,54 g	0,59 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7				
Ebéd	725 Eger Iskolás 7-10 éves	Magyaros zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával Félbarna kenyérrrel			BrokkolikréMLEVES Pírtott kenyéRKOCKÁVAL Hentes tokány Párolt rizszel			Legényfogó leves Mákos tészta Körte			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Erőleves Levesbetéttel Marhapörkölt Tarhonya körettel Céklasalátával		
		Energia: 382,74 Kcal / 1,599,85 KJ			Energia: 700,63 Kcal / 2,928,63 KJ			Energia: 575,33 Kcal / 2,404,88 KJ			Energia: 659,25 Kcal / 2,755,67 KJ			Energia: 652,33 Kcal / 2,726,74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		16,74 g	22,88 g	5,83 g	23,51 g	32,52 g	8,38 g	22,87 g	13,24 g	2,93 g	30,76 g	30,14 g	7,13 g	25,49 g	26,94 g	6,32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55,70 g	0,07 g	5,49 g	77,63 g	0,03 g	3,15 g	90,60 g	10,00 g	2,01 g	65,89 g	0,02 g	1,89 g	75,99 g	4,80 g	4,94 g		
1,7,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	725 Eger Iskolás 7-10 éves	Vajás pogácsa			Diákcsemege Margarinos Rozskenyérrel Uborkával			Sajtkrémös rúd			Puding Kiflivel			Csirkemellsonka Margarinnal Rozskenyérrel Salátalevéllel		
		Energia: 182,50 Kcal / 762,85 KJ			Energia: 218,82 Kcal / 914,67 KJ			Energia: 164,00 Kcal / 685,52 KJ			Energia: 109,28 Kcal / 456,79 KJ			Energia: 194,49 Kcal / 812,97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		2,46 g	13,10 g	3,58 g	8,64 g	6,89 g	7,00 g	7,99 g	2,31 g	3,61 g	3,76 g	0,28 g	0,10 g	9,51 g	3,65 g	5,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
13,48 g	0,00 g	0,79 g	30,50 g	3,30 g	1,24 g	33,28 g	0,00 g	1,69 g	22,80 g	0,00 g	0,41 g	30,86 g	0,00 g	1,19 g		
1,7,(6),(12)			1,(7)			1,7			1,(7)			1,(7)				
Vacsora	725 Eger Iskolás 7-10 éves	Barackos tea Stroganoff sertésragu Párolt rizszel			Gyümölcslé Amerikai hot-dog Ketchuppal Mustárral			Meggyes tea Dubarry sertészelet Tört burgonyával			Almás-fahéjas tea Tavaszi rizseshús Csemege uborkával					
		Energia: 571,60 Kcal / 2,389,29 KJ			Energia: 150,65 Kcal / 629,72 KJ			Energia: 601,60 Kcal / 2,514,69 KJ			Energia: 625,73 Kcal / 2,197,55 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav			
		16,35 g	19,88 g	5,65 g	12,16 g	12,96 g	4,70 g	29,16 g	13,43 g	6,87 g	22,68 g	14,01 g	3,77 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
81,05 g	21,98 g	1,75 g	30,52 g	4,28 g	1,04 g	90,21 g	22,61 g	2,14 g	75,75 g	24,98 g	1,58 g					
1,7,10,15,(12)			1,7,10,(12)			1,7			1,7							

Az étlanváltatás íogát 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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2733 Albertirsa, Pálfi út 65.
 Csoportos rendelésszám: 177834084-13
 Adószám: 18836601-13
 20.