

Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

13 eatrend		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Limonádé Fokhagymás felvágott Margarinnal Rozskenyérrel Tejszelet	Vaníliás tej Kíflivel Rozskenyér Margarinnal Szendvics sonkával Paprikával	Barackos tea Sertés párizsi Margarinnal Korpás kenyérral Poharas gyümölcsjoghurt	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Sajtos rúd	Tej Brüsszal Májusi csemege Margarinnal Félbarna kenyérral Paprikával
		Energia: 403.03 Kcal / 1.684.67 KJ	Energia: 506.76 Kcal / 2.118.26 KJ	Energia: 478.45 Kcal / 1.999.92 KJ	Energia: 435.36 Kcal / 1.819.80 KJ	Energia: 467.47 Kcal / 1.954.02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		12.25 g 17.71 g 11.09 g	23.65 g 6.88 g 7.31 g	13.31 g 13.65 g 6.09 g	9.86 g 18.55 g 6.98 g	19.75 g 13.30 g 5.68 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
48.11 g 15.92 g 2.11 g	87.16 g 19.98 g 2.13 g	74.86 g 37.97 g 1.93 g	56.74 g 12.00 g 1.76 g	66.83 g 5.54 g 1.21 g		
1,3,7	1,7	1,7	1,3,4,7,10,(6),(8),(11),(12)	1,3,7		
Tízórai	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Limonádé Fokhagymás felvágott Margarinnal Rozskenyérrel	Vaníliás tej Kíflivel	Barackos tea Sertés párizsi Margarinnal Korpás kenyérral	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával	Tej Brüsszal
		Energia: 315.09 Kcal / 1.317.08 KJ	Energia: 290.11 Kcal / 1.212.66 KJ	Energia: 312.34 Kcal / 1.305.58 KJ	Energia: 341.53 Kcal / 1.427.60 KJ	Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		10.20 g 12.36 g 8.86 g	10.57 g 3.29 g 1.73 g	7.72 g 7.86 g 2.96 g	5.38 g 17.24 g 4.79 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
40.31 g 9.99 g 2.02 g	54.22 g 19.98 g 0.68 g	52.41 g 24.98 g 1.44 g	40.64 g 12.00 g 0.74 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	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Magyaros zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával Félbarna kenyérral	Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Hentes tokány Párolt rizsszel	Legényfogó leves Mákos tészta Körte	Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral	Erőleves Levesbetéttel Marhapörkölt Tarhonya körettel Céklasalátával
		Energia: 387.89 Kcal / 1.621.38 KJ	Energia: 709.62 Kcal / 2.966.21 KJ	Energia: 597.60 Kcal / 2.497.97 KJ	Energia: 663.41 Kcal / 2.773.05 KJ	Energia: 719.02 Kcal / 3.005.50 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		16.79 g 23.35 g 5.88 g	23.55 g 33.71 g 8.71 g	23.34 g 14.94 g 3.71 g	30.90 g 30.16 g 7.14 g	25.48 g 34.36 g 7.17 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
55.96 g 0.07 g 5.49 g	77.17 g 0.03 g 3.34 g	91.90 g 10.00 g 1.44 g	66.76 g 0.02 g 1.89 g	75.91 g 4.80 g 4.54 g		
1,7,9,15,(12)	1,7,9,15,(12)	1,7,9,(3)	1,3,9	1,3,9,15,(12)		
Uzsonna	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Vajás pogácsa	Diákcsemege Margarinos Rozskenyérrel Uborkával	Sajtkrém rúd	Puding Kíflivel	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: 205.54 Kcal / 859.16 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		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	11.21 g 3.93 g 5.69 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	31.28 g 0.00 g 1.40 g		
1,7,(6),(12)	1,(7)	1,7	1,(7)	1,(7)		
Vacsora	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Barackos tea Stroganoff sertésragu Párolt rizsszel	Gyümölcslé Amerikai hot-dog Ketchuppal Mustárral	Meggyes tea Dubarry sertészelet Tört burgonyával	Almás-fahéjas tea Tavaszri rizseshús Csemege uborkával	
		Energia: 583.56 Kcal / 2.439.28 KJ	Energia: 150.65 Kcal / 629.72 KJ	Energia: 601.60 Kcal / 2.514.69 KJ	Energia: 555.79 Kcal / 2.323.20 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		16.30 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	22.42 g 13.96 g 3.77 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
84.07 g 24.98 g 1.75 g	30.52 g 4.28 g 1.04 g	90.21 g 22.61 g 2.14 g	82.85 g 32.03 g 1.58 g			
1,7,10,15,(12)	1,7,10,(12)	1,7	1,7			

Az étlapváltoztatás írásban 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.
2/3 Albertirsa, Paál u. 65.
Csoportos étkezés: 1778-108-13
Árnyék: 108-13-15
Árnyék: 20.