


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Limonádé Fokhagymás felvágott Margarinos Rozskenyérrel			Vaníliás tej Kiflivel			Barackos tea Sertés párizsi Margarinnal Korpás kenyérrel			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával			Tej Brióssal		
		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/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		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	Iskola felsős 11-14 éves	Magyaros zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával			BrokkolikréMLEVES Pirított kenyérkockával Hentes tokány Párolt rizzsel			Legényfogó leves Mákos tészta Körte			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrel			Erőleves Levesbetéttel Marhapörkölt Tarhonya körettel Céklasalátával		
		Energia: 387.89 Kcal / 1,621.38 KJ			Energia: 709.62 Kcal / 2,966.21 KJ			Energia: 518.11 Kcal / 2,165.70 KJ			Energia: 663.41 Kcal / 2,773.05 KJ			Energia: 719.02 Kcal / 3,005.50 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
		16.79 g	23.35 g	5.88 g	23.55 g	33.71 g	8.71 g	22.74 g	14.49 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	73.90 g	10.00 g	1.43 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	Iskola felsős 11-14 éves	Vajas pogácsa			Diákcsemege Margarinos Rozskenyér Uborkával			Sajtkrémes rúd			Puding Kiflivel			Csirkemellsonka Margarinnal Rozskenyérrel Salátalevéellel		
		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/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	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)				

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.
2737 Albertirsa, Peati út 65.
Csoportos adószám: 17783408-6-13
Adószám: 14392504-18
20.