


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Középiskola "A" menü</b>	Limonádé Fokhagymás felvágott Margarinnal Rozskenyérrel Tejszelet			Vaníliás tej Kiflivel Rozskenyér Margarinnal Szendvics sonkával Paprikával			Barackos tea Sertés párizsi Margarinnal Korpás kenyérral Poharas gyümölcsjoghurt			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Sajtos rúd			Tej Brióssal Májusi csemege Margarinnal Félbarna kenyérral Paprikával		
		Energia: 609.48 Kcal / 2,547.63 KJ			Energia: 825.06 Kcal / 3,448.75 KJ			Energia: 666.63 Kcal / 2,786.51 KJ			Energia: 731.11 Kcal / 3,056.04 KJ			Energia: 819.58 Kcal / 3,425.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.70 g	23.89 g	17.65 g	37.39 g	11.13 g	13.29 g	18.49 g	17.84 g	7.68 g	19.12 g	27.48 g	10.31 g	31.98 g	21.33 g	9.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78.17 g	15.92 g	3.29 g	143.25 g	19.98 g	3.59 g	107.24 g	42.97 g	2.92 g	101.14 g	12.00 g	3.51 g	124.34 g	11.08 g	1.83 g		
1,3,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10,(6),(8),(11),(12)			1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Középiskola "A" menü</b>	Magyaros zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérvajjal Hentes tokány Párolt rizsszel			Legényfogó leves Mákos tészta Körte			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Hideg csomag		
		Energia: 731.94 Kcal / 3,059.51 KJ			Energia: 949.65 Kcal / 3,969.54 KJ			Energia: 733.40 Kcal / 3,065.61 KJ			Energia: 938.25 Kcal / 3,921.89 KJ			Energia: 987.88 Kcal / 4,129.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.85 g	37.28 g	10.37 g	33.67 g	47.82 g	12.61 g	30.63 g	22.23 g	5.47 g	43.23 g	41.02 g	9.66 g	36.43 g	48.92 g	10.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.33 g	0.09 g	10.20 g	95.00 g	0.04 g	5.74 g	102.19 g	19.99 g	1.69 g	98.61 g	0.02 g	2.65 g	98.88 g	7.99 g	10.50 g		
1,7,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
<b>Vacsora</b>	<b>Középiskola "A" menü</b>	Barackos tea Stroganoff sertésragu Párolt rizsszel			Gyümölcsleves Amerikai hot-dog Ketchuppal Mustárral			Meggyes tea Dubarry sertésszelet Tört burgonyával			Almás-fahéjas tea Tavaszi rizseshús Csemege uborkával					
		Energia: 791.25 Kcal / 3,307.43 KJ			Energia: 280.62 Kcal / 1,172.99 KJ			Energia: 693.14 Kcal / 2,897.33 KJ			Energia: 907.89 Kcal / 3,794.98 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		23.95 g	30.65 g	1.10 g	23.88 g	25.58 g	0.00 g	34.52 g	22.07 g	5.64 g	27.19 g	33.78 g	9.62 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
103.83 g	29.98 g	1.98 g	57.24 g	6.42 g	0.62 g	87.21 g	19.99 g	2.44 g	118.00 g	48.07 g	3.23 g					
1,7,10,15,(12)			1,7,10,(12)			1,7			9,15,(1),(12)							

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.  
Csoportnyilvántartási szám: 1778340816-13  
Adószám: 14892504-15  
20.