


Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Puncsos tej Kifli			Erdei gyümölcsös limonádé Füstölt sonkakrém Félbarna kenyér			Tea barackos Körözött Korpás kenyér			Citromos limonádé Snidlinges sajtkrém Rozskenyér Paprika			Tej Mogyorókrém Félbarna Kenyér		
		Energia: 296.86 Kcal / 1,240.87 KJ			Energia: 294.82 Kcal / 1,232.35 KJ			Energia: 274.79 Kcal / 1,148.62 KJ			Energia: 316.72 Kcal / 1,323.89 KJ			Energia: 412.91 Kcal / 1,725.96 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	8.95 g	9.33 g	4.29 g	8.40 g	2.72 g	1.26 g	8.10 g	12.76 g	11.39 g	14.63 g	12.90 g	2.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.91 g	20.03 g	0.68 g	43.46 g	9.99 g	0.36 g	53.75 g	24.98 g	1.11 g	41.72 g	9.99 g	1.05 g	59.08 g	14.40 g	0.27 g		
1,7			1,7,(3),(6),(10),(11)			1,7			1,7			1,5,6,7,8				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Stroganoff sertésragu Párolt rizszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal Alma			Francia hagymaleves Stefánia vagdalt Tejfölös zöldbabfőzelékkel Félbarna kenyérral			Kertészleves Bakonyi sertésragu Bulgurral		
		Energia: 562.24 Kcal / 2,350.16 KJ			Energia: 596.67 Kcal / 2,494.08 KJ			Energia: 628.47 Kcal / 2,627.00 KJ			Energia: 673.20 Kcal / 2,813.98 KJ			Energia: 515.85 Kcal / 2,156.25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.62 g	16.08 g	2.91 g	18.25 g	26.16 g	6.43 g	23.70 g	13.23 g	3.75 g	26.71 g	34.22 g	10.89 g	22.58 g	20.73 g	6.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
83.66 g	0.02 g	4.25 g	71.50 g	0.04 g	2.54 g	102.84 g	38.66 g	1.63 g	64.13 g	0.00 g	3.36 g	59.13 g	0.02 g	1.00 g		
1,7,9,15,(3),(12)			1,7,9,10,15,(12)			1,7			1,3,7			1,7,9,(3)				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Soproni felvágott Margarin Korpás kenyér Paprika			Helyben sült Csokoládékrémes rúd Őszibarack			Paprikás szalámi Margarin Zsemle Uborka			Gyümölcs joghurt Korpás kifli			Zala felvágott Margarin kenős Korpás zsemle Jégcsapretek		
		Energia: 283.62 Kcal / 1,185.53 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 231.55 Kcal / 967.88 KJ			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ			Energia: 219.27 Kcal / 916.55 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.53 g	11.93 g	4.34 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.94 g	9.25 g	3.67 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g	9.13 g	7.17 g	2.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.39 g	0.00 g	2.35 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	29.06 g	3.30 g	0.73 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g	29.63 g	4.68 g	1.18 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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-csillagfűrt             | 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, Peatl út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14802504-13  
 20.