


Heti étlap 2024.07.15. - 2024.07.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  Tízórai	Iskola alsós 7-10 éves	Tej Méz Margarin Félbarna kenyér			Narancsos limonádé Diákcsemege Margarin Korpás kenyér Paradicsom			Barackos tea Magyaros vajkrém Zsemle			Citromos limonádé Tojáskrém Rozskenyér			Kakaó Vajas molnárka		
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ			Energia: 242.34 Kcal / 1,012.98 KJ			Energia: 318.93 Kcal / 1,333.13 KJ			Energia: 291.89 Kcal / 1,220.10 KJ			Energia: 325.14 Kcal / 1,359.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.59 g	6.22 g	2.27 g	5.54 g	10.02 g	3.97 g	7.65 g	10.78 g	7.30 g	12.67 g	8.02 g	3.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	39.75 g	10.13 g	1.23 g	51.18 g	21.98 g	0.57 g	40.89 g	9.99 g	1.24 g	50.40 g	12.39 g	0.89 g		
1,7			1,(7)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Iskola alsós 7-10 éves	Vajgaluskaleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel			Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Sertéspörkölt Tarhonya körettel Vegyes vágottal			Paradicsomleves Betűsasztával Halfasírt Burgonyapürével			Fejtett bableves Félbarna kenyérral Meggyes kakaós piskótakocka Őszibarack			Csontleves Cérnametéllel Sült bécsi virsli Zöldborsó főzelékkel Félbarna kenyérral		
		Energia: 597.47 Kcal / 2,497.42 KJ			Energia: 768.28 Kcal / 3,211.41 KJ			Energia: 803.08 Kcal / 3,356.87 KJ			Energia: 855.63 Kcal / 3,576.53 KJ			Energia: 519.97 Kcal / 2,173.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.39 g	26.86 g	7.64 g	30.25 g	38.23 g	11.23 g	26.10 g	24.11 g	7.62 g	19.47 g	20.97 g	3.43 g	25.61 g	30.22 g	7.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68.76 g	0.02 g	2.55 g	75.10 g	0.31 g	3.89 g	118.63 g	39.56 g	6.17 g	146.16 g	52.46 g	2.34 g	71.71 g	12.01 g	1.57 g		
1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola alsós 7-10 éves	Turista felvágott Margarin Korpás zsemle Paprika			Helyben sült vaníliakrémes rúd Alma			Szendvics sonka Margarin Graham kenyér Uborka			Helyben sült sajtos rúd			Sertés párizsi Margarin Korpás zsemle Jégcsapretek		
		Energia: 217.82 Kcal / 910.49 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 206.83 Kcal / 864.55 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ			Energia: 200.77 Kcal / 839.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.10 g	7.48 g	2.84 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	10.80 g	2.91 g	1.23 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g	7.41 g	6.02 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.46 g	0.00 g	1.20 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	34.31 g	3.30 g	1.56 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	29.33 g	4.68 g	1.04 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.  
 Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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.**  
 2739 Albertirsa, Peati út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-6-13  
 Adószám: 14392569-4-19  
 20.