


Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Reggeli	Középiskola "A" menü	Tej Kaláccsal Turista felvágott Margarinos Félbarna kenyérrrel Jégcsapretekkel	Mentás limonádé Tonhalkrém Rozskenyér Paprikával Olasz felvágott Margarinos Zsemlével	Karamellás tej Kifivel Májusi csemege Margarinos Félbarna kenyérrrel	Barackos tea Paprikás szalámi Margarinos Félbarna kenyérrrel Kígyóborkával Vaníliás táska	Narancsos limonádé Fokhagymás felvágott Margarinos Rozskenyérrel Paprikával Sajt szelet Margarinos Rozskenyérrel
		Energia: 596.57 Kcal / 2.493.66 KJ	Energia: 534.45 Kcal / 2.234.00 KJ	Energia: 564.43 Kcal / 2.359.32 KJ	Energia: 709.74 Kcal / 2.966.71 KJ	Energia: 529.83 Kcal / 2.214.69 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav
		24.72 g 17.72 g 7.55 g	14.45 g 21.67 g 10.81 g	21.91 g 10.31 g 4.72 g	19.81 g 33.69 g 12.76 g	20.35 g 17.71 g 16.52 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
84.14 g 7.32 g 1.66 g	69.55 g 9.99 g 1.70 g	95.54 g 24.98 g 1.24 g	81.06 g 29.98 g 1.84 g	71.87 g 10.13 g 2.76 g		
1,3,7	1,3,4,7,10	1,7	1,7,(3),(6),(12)	1,7		
Ebéd	Középiskola "A" menü	Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacska tésztával Cékla salátával	Magyaros burgonyaleves Lencsefőzelék Sertéssülttel Félbarna kenyérrrel	Csontleves Cérnametéllel Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérrrel	Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Zöldséges csirkés rizottó Alma	Hideg csomag
		Energia: 924.50 Kcal / 3.864.41 KJ	Energia: 706.34 Kcal / 2.952.50 KJ	Energia: 901.55 Kcal / 3.768.48 KJ	Energia: 971.17 Kcal / 4.059.49 KJ	Energia: 913.43 Kcal / 3.818.14 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav
		37.68 g 49.55 g 13.23 g	41.25 g 46.57 g 13.96 g	31.58 g 33.68 g 8.61 g	32.43 g 49.68 g 12.22 g	51.29 g 40.82 g 15.08 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
81.18 g 0.02 g 3.04 g	98.80 g 6.01 g 2.75 g	116.51 g 15.03 g 5.76 g	97.41 g 0.04 g 5.18 g	85.25 g 0.01 g 8.53 g		
1,3,7,9	1,7,9,10,(12)	1,3,9	1,7,9	1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)		
Vacsora	Középiskola "A" menü	Barackos tea Sajtos-tejfölös Lángos	Cseresznyés tea Fokhagymás tejfölös sertésragu Galuskával	Erdei gyümölcsös tea Gyros tál	Meggyes tea Meleg szendvics Ketchuppal	
		Energia: 811.48 Kcal / 3.391.99 KJ	Energia: 1.037.62 Kcal / 4.337.25 KJ	Energia: 1.074.60 Kcal / 4.491.83 KJ	Energia: 634.16 Kcal / 2.650.79 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	Fehérje Zsír T.Zsirsav	
		23.97 g 27.21 g 12.33 g	34.71 g 44.51 g 12.00 g	46.60 g 30.67 g 8.20 g	29.79 g 13.55 g 6.87 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
116.63 g 30.38 g 2.79 g	123.19 g 29.98 g 6.14 g	150.59 g 27.77 g 6.03 g	97.41 g 26.81 g 2.79 g			
1,7	1,3,7	7,9,(1),(10)	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-szézám	14-puhatestiek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2739 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportvezető: 17783408-13
 Adószám: 1430504148
 20.