

Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
 <b>Tízórai</b>	<b>Eger Iskola alsó 7-10 éves</b>	Epres tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér			Gyümölcsle Főtt tojáskarikák Margarinos Rozskenyér			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Makói sült hagymakrém Korpás kenyér		
		Energia: 453.55 Kcal / 1,895.84 KJ			Energia: 299.39 Kcal / 1,251.45 KJ			Energia: 304.32 Kcal / 1,272.06 KJ			Energia: 215.09 Kcal / 899.08 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ			Energia: 254.84 Kcal / 1,065.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		13.81 g	9.25 g	4.20 g	6.35 g	7.60 g	0.04 g	7.10 g	6.73 g	0.18 g	8.61 g	5.24 g	5.98 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g	4.64 g	8.07 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78.23 g	30.78 g	0.89 g	50.96 g	21.98 g	0.08 g	53.51 g	19.98 g	0.00 g	33.05 g	2.88 g	0.82 g	53.38 g	9.60 g	0.27 g	40.48 g	12.00 g	0.95 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Eger Iskola alsó 7-10 éves</b>	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral			Korhelyleves kolbásszal Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szorattal Mandarin			Paradicsomleves Betűtészta Rántott halfilé szeszamagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggye leves Eatrend burger Hamburger szósszal Jégsalátával			Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyes vágottal		
		Energia: 694.44 Kcal / 2,902.76 KJ			Energia: 370.06 Kcal / 1,546.85 KJ			Energia: 657.77 Kcal / 2,749.48 KJ			Energia: 969.97 Kcal / 4,054.47 KJ			Energia: 639.77 Kcal / 2,674.24 KJ			Energia: 564.03 Kcal / 2,357.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		26.15 g	33.54 g	0.78 g	17.26 g	27.76 g	4.44 g	20.72 g	18.45 g	3.32 g	23.07 g	50.64 g	2.02 g	19.01 g	26.11 g	0.00 g	23.77 g	24.86 g	7.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.57 g	0.00 g	0.40 g	52.54 g	0.02 g	3.39 g	101.25 g	38.66 g	1.56 g	102.99 g	27.97 g	4.22 g	78.65 g	0.00 g	0.00 g	63.40 g	0.01 g	2.59 g		
1,7,9,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,(12)			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Eger Iskola alsó 7-10 éves</b>	Zala felvágottas Margarinos Rozskenyér Paprikával			Csokoládékrém rúd Alma			Kenőmájásos Korpás zsemle Kígyóborkával			Bécsi felvágottas Margarinos Zsemle Salátalevéllal			Gyümölcsös joghurt Korpás kiflivel			Helyben sült sajtkrém rúd		
		Energia: 218.40 Kcal / 912.91 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ			Energia: 209.51 Kcal / 875.75 KJ			Energia: 221.48 Kcal / 925.79 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		9.15 g	6.36 g	6.59 g	12.31 g	27.06 g	10.07 g	7.66 g	5.80 g	2.37 g	7.49 g	8.52 g	3.32 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.07 g	0.00 g	1.16 g	30.16 g	0.00 g	1.40 g	31.43 g	3.30 g	0.74 g	28.64 g	0.00 g	0.96 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(6),(7),(10)			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-esillagfűrt             | 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, Postai út 65.  
 Csoportos Adószám: 17783408-6-13  
 Adószám: 14892560-4-18  
 20.