


Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
 Reggeli	Eger Középkiskolás 15-18 év	Epres tej Fatörzs kifli Margarinós Sertés párizsis Félbarna kenyér Kígyóuborkával			Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér Sajtós pogácsa			Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér Paprikás szalámis Margarinós Zsemle			Gyümölcsle Főtt tojáskarikás Margarinós Rozskenyér Csirkemellsonkás Margarinós Rozskenyér			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér Vajás pogácsa					
		Energia: 719.56 Kcal / 3.007.76 KJ			Energia: 515.99 Kcal / 2.156.84 KJ			Energia: 548.29 Kcal / 2.291.85 KJ			Energia: 474.19 Kcal / 1.982.11 KJ			Energia: 566.12 Kcal / 2.366.38 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav			
		25.67 g	17.01 g	7.62 g	8.82 g	20.90 g	7.02 g	13.87 g	13.67 g	5.73 g	24.50 g	12.08 g	12.45 g	18.14 g	23.65 g	5.94 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
115.29 g	32.98 g	1.55 g	72.43 g	29.98 g	1.28 g	91.95 g	29.98 g	0.82 g	66.30 g	4.32 g	2.51 g	69.51 g	9.60 g	1.12 g					
1,3,7			1,3,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8,(12)							
Ebéd	Eger Középkiskolás 15-18 év	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral			Korhelyleves kolbásszal Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szóráttal Mandarin			Paradicsomleves Betűtésztával Rántott halfilé szeszammas bundában Burgonyapürével			HIDEG CSOMAG					
		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								
		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						
		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								
1,7,9,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,(12)			1,3,4,7,9,11										
Vacsora	Eger Középkiskolás 15-18 év	Meggyes tea Csokoládés gombóc Porcukorral			Almás-fahéjas tea Burgonyás tészta Csemege uborkával			Csipkegyógys tea Bácskai rizseshús Céklasalátával			Barackos tea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel								
		Energia: 1.240.13 Kcal / 5.183.74 KJ			Energia: 726.51 Kcal / 3.036.81 KJ			Energia: 898.24 Kcal / 3.754.64 KJ			Energia: 716.49 Kcal / 2.994.93 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav						
		26.79 g	54.43 g	19.74 g	17.11 g	13.35 g	1.73 g	27.64 g	33.72 g	9.63 g	26.37 g	23.52 g	9.45 g						
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só						
159.21 g	79.93 g	12.72 g	131.33 g	48.07 g	4.88 g	119.48 g	32.97 g	1.57 g	98.85 g	29.98 g	1.23 g								
1,7,(3),(6),(12)			1,3,15,(12)			15,(12)			1,3,7										

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-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfid

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Peati út 65
 Csoportos adószám: 1778340815-13
 Adószám: 14602500-1-18
 20.