


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola 7-14 éves	Zsíros kenyér Póréhagymakarikával			Kifli Túró Rudi			Vaníliás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyérrrel			Kalács Alma			Majonézes tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával		
		Energia: 250.91 Kcal / 1,048.80 KJ			Energia: 177.84 Kcal / 743.37 KJ			Energia: 179.74 Kcal / 751.31 KJ			Energia: 273.91 Kcal / 1,144.94 KJ			Energia: 267.22 Kcal / 1,116.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.22 g	10.62 g	3.88 g	7.69 g	3.48 g	1.82 g	8.13 g	2.33 g	0.92 g	7.08 g	6.38 g	2.38 g	5.38 g	14.04 g	4.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.33 g	0.00 g	0.00 g	28.60 g	3.00 g	0.42 g	31.34 g	2.40 g	0.09 g	46.17 g	3.85 g	0.59 g	29.50 g	0.00 g	0.74 g		
1			1,7			1,7,(12)			1,3,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola 7-14 éves	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérbocokkal Csikós tokány Párolt rizszel			Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma			Citromos almaleves Stefánia vagdalt Burgonyapürével			Tefjölös zöldbabeleves Tarhonyás hús Cékalsalátával			Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérrrel		
		Energia: 873.48 Kcal / 3,651.15 KJ			Energia: 566.65 Kcal / 2,368.60 KJ			Energia: 701.00 Kcal / 2,930.18 KJ			Energia: 642.58 Kcal / 2,685.98 KJ			Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.21 g	49.51 g	12.16 g	23.17 g	20.37 g	9.53 g	25.15 g	28.22 g	9.12 g	24.83 g	28.63 g	8.09 g	24.51 g	32.81 g	7.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
83.25 g	0.01 g	3.01 g	72.67 g	0.04 g	1.51 g	90.29 g	13.99 g	4.18 g	70.69 g	4.83 g	2.24 g	71.24 g	19.99 g	2.01 g		
1,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola 7-14 éves	Csokoládékrém rúd			Olasz felvágottas Margarinos Graham kenyér			Margarinos Zsemle Sajt szelettel Kígyóborkával			Csirkemellsonkás Margarinos Rozskenyér			Gyümölcsös joghurt Korpás kifli		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 277.74 Kcal / 1,160.95 KJ			Energia: 228.55 Kcal / 955.34 KJ			Energia: 204.92 Kcal / 856.57 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	10.17 g	11.84 g	4.34 g	10.29 g	7.71 g	4.67 g	11.16 g	3.92 g	5.69 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	32.49 g	0.00 g	2.35 g	29.44 g	3.85 g	0.53 g	31.20 g	0.00 g	1.40 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft
 2730 Albertfata, Fesli u. 65
 Cégjegyzék szám: 17783406-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 45.