


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskola	Almalé Kiflivel			Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyérrel			Tepertőkrém Eatrend módra Félbarna kenyérrel			Zsemle Margarinnal			Tonhalkrémés Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 110.45 Kcal / 461.68 KJ			Energia: 272.59 Kcal / 1,139.43 KJ			Energia: 305.99 Kcal / 1,279.04 KJ			Energia: 153.90 Kcal / 643.30 KJ			Energia: 287.36 Kcal / 1,201.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.15 g	13.37 g	10.12 g	8.70 g	15.90 g	0.18 g	4.70 g	2.35 g	1.03 g	6.54 g	15.90 g	4.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
23.08 g	0.00 g	0.41 g	30.60 g	0.00 g	0.67 g	31.77 g	0.00 g	0.00 g	28.50 g	0.00 g	0.12 g	29.16 g	0.00 g	0.12 g		
1,(7)			1,7			1,3,10,(7),(12)			1,(7)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves, Panírozott dinó Zöldborsófőzelékkel Félbarna kenyérrel			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Gyömbéres körtekrémleves Múzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Mandarin			Tojásleves Pusztapörkölt Csemegeuborkával		
		Energia: 602.38 Kcal / 2,517.95 KJ			Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 KJ			Energia: 645.05 Kcal / 2,696.31 KJ			Energia: 656.29 Kcal / 2,743.29 KJ			Energia: 501.18 Kcal / 2,094.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.13 g	27.14 g	8.33 g	17.30 g	19.45 g	1.28 g	28.63 g	36.74 g	9.38 g	22.53 g	28.15 g	8.87 g	18.36 g	26.46 g	6.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.58 g	2.03 g	1.45 g	82.15 g	20.05 g	2.71 g	49.45 g	0.17 g	3.20 g	76.76 g	11.99 g	2.93 g	46.11 g	0.01 g	4.94 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Iskola	Kenőmájasos Korpás kenyér Uborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával			Kockasajt Korpás kiflivel			Sajtkrémés rúd Zabrudai		
		Energia: 236.66 Kcal / 989.24 KJ			Energia: 218.48 Kcal / 913.25 KJ			Energia: 256.42 Kcal / 1,071.84 KJ			Energia: 276.65 Kcal / 1,156.40 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.23 g	8.51 g	3.25 g	8.32 g	7.82 g	3.09 g	5.81 g	12.44 g	5.93 g	13.70 g	13.27 g	7.51 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
31.50 g	3.30 g	1.05 g	28.64 g	0.00 g	0.80 g	30.00 g	0.00 g	0.51 g	25.28 g	0.00 g	1.96 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(6),(7),(10)			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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft
 2730 Albertlőrinc, Felső u. 55
 Cégjegyzékszám: 17783406-5-13
 Adószám: 14893660-4-13
 45.