


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskola	Baracklekváros Margarinos Zsemle			Sütőtökös sajtkrém Rozskenyérrrel			Paprikás szalámis Margarinos Korpás kenyér			Sajt szelet Margarinos Korpás kenyérrrel Paradicsommal			Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 211.71 Kcal / 884.95 KJ			Energia: 272.46 Kcal / 1,138.88 KJ			Energia: 220.48 Kcal / 921.61 KJ			Energia: 223.47 Kcal / 934.10 KJ			Energia: 286.48 Kcal / 1,197.49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4.80 g	2.35 g	1.03 g	7.16 g	12.98 g	4.14 g	6.88 g	9.23 g	3.32 g	9.48 g	7.74 g	4.29 g	6.90 g	14.17 g	4.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42.76 g	12.46 g	0.12 g	31.41 g	0.00 g	0.64 g	27.41 g	0.00 g	1.36 g	28.90 g	0.00 g	1.16 g	32.47 g	0.00 g	0.04 g		
1,(7),(12)			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola	Erőleves Fasírt Zöldborsófőzelékkel Félbarna kenyérrrel			Almás-fahéjas szilvaleves Tarhonyás hús Vegyes vágottal			Póréhagyma-krémleves Pírtott kenyérkockával Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajtszóráttal Alma			Halasleves Burgonyás tészta Házi céklasalátával		
		Energia: 873.63 Kcal / 3,651.77 KJ			Energia: 627.06 Kcal / 2,621.11 KJ			Energia: 704.31 Kcal / 2,944.02 KJ			Energia: 641.39 Kcal / 2,681.01 KJ			Energia: 637.71 Kcal / 2,665.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30.86 g	42.90 g	7.30 g	23.39 g	25.44 g	6.97 g	48.50 g	27.62 g	4.75 g	28.49 g	26.63 g	8.58 g	25.54 g	20.49 g	2.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
91.26 g	19.98 g	1.79 g	77.18 g	10.39 g	1.59 g	53.40 g	0.01 g	5.17 g	70.54 g	2.05 g	2.23 g	85.77 g	6.32 g	3.86 g		
1,3,7,9			1,3,7,15,(10),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,4,15,(12)				
Uzsonna	Iskola	Soproni felvágottas Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Paprikával			Helyben sült sonkás-sajtos pizzaszelet			Csoki puding Kifli			Olasz felvágottas Margarinos Zsemle			Sertés párizsi Korpás zsemlelével Paprikával		
		Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ			Energia: 224.72 Kcal / 939.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.09 g	12.08 g	4.38 g	15.74 g	11.09 g	3.62 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	8.69 g	7.92 g	3.09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.27 g	0.00 g	1.40 g	26.13 g	0.10 g	0.94 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.59 g	0.00 g	1.38 g	29.61 g	0.00 g	1.25 g		
1,(7)			1,3,7			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
Céginformációszám: 117783406-5-13
Adószám: 14893660-4-13
45.