


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsó 7-11	Molnárika Margarinnal			Rozskenyér Füstölt sajtos brokkolikrémmel			Félbarna kenyér Tepertőkrémmel			Csirkemellsonkás Félbarna kenyér Margarinnal			Teljes kiőrlésű kenyér Tonhalkrémmel		
		Energia: 204.64 Kcal / 855.40 KJ			Energia: 234.61 Kcal / 980.67 KJ			Energia: 262.06 Kcal / 1,095.41 KJ			Energia: 194.59 Kcal / 813.39 KJ			Energia: 236.87 Kcal / 990.12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.59 g	6.99 g	2.96 g	6.90 g	9.37 g	8.57 g	7.79 g	11.44 g	4.34 g	9.28 g	3.16 g	1.26 g	6.32 g	10.57 g	3.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.79 g	2.40 g	0.68 g	30.40 g	0.00 g	0.73 g	31.68 g	0.00 g	0.22 g	32.22 g	0.00 g	0.49 g	28.81 g	0.40 g	0.11 g		
1,3,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,3,4,7,10				
Ebéd	A menü Iskola alsó 7-11	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérrrel			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Gyömbéres Körtekrémleves Műzliszórattal Rakott karfiol árpagyönggyel			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 601.71 Kcal / 2,515.15 KJ			Energia: 538.87 Kcal / 2,252.48 KJ			Energia: 574.17 Kcal / 2,400.03 KJ			Energia: 599.86 Kcal / 2,507.41 KJ			Energia: 492.40 Kcal / 2,058.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.12 g	27.14 g	9.20 g	17.27 g	19.45 g	2.66 g	28.64 g	28.85 g	8.48 g	20.09 g	24.98 g	7.89 g	18.13 g	26.44 g	6.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.44 g	2.05 g	2.23 g	74.06 g	12.06 g	2.71 g	49.53 g	0.17 g	3.54 g	72.39 g	13.39 g	2.60 g	44.22 g	0.01 g	4.95 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)				
B menü Iskola alsó 7-11	B menü Iskola alsó 7-11	Őszi zöldségleves Bajor rakott burgonya			Magyaros burgonyaleves Fabricius sertésragu Párolt rizszel			Erőleves Brassói aprópecsenye Csemege uborkával			Gyömbéres körtekrémleves Műzli szórattal Jászsági savanyúkáposzta			Tojásleves Párolt sertésszelet Kuszkuossal Egres mártással		
		Energia: 557.67 Kcal / 2,331.06 KJ			Energia: 694.06 Kcal / 2,901.17 KJ			Energia: 572.81 Kcal / 2,394.35 KJ			Energia: 474.34 Kcal / 1,982.74 KJ			Energia: 603.26 Kcal / 2,521.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		21.32 g	25.32 g	10.09 g	25.62 g	31.09 g	7.70 g	20.12 g	23.29 g	6.04 g	16.57 g	20.87 g	7.53 g	23.90 g	15.22 g	4.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.79 g	0.02 g	2.19 g	77.09 g	0.01 g	4.38 g	68.83 g	0.00 g	4.06 g	53.91 g	13.39 g	2.14 g	91.27 g	29.99 g	3.90 g		
1,7,9			1,7,9			9,15,(12)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,7,9,(10)				
Uzsonna	Iskola alsó 7-11	Korpás kenyér Kenőmájassal Kígyóuborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Korpás zsemle Magyaros vajkrémmel Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			Sajtkrémes rúd Zabrudai		
		Energia: 201.97 Kcal / 844.23 KJ			Energia: 197.16 Kcal / 824.13 KJ			Energia: 218.44 Kcal / 913.08 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 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
		6.90 g	5.81 g	2.24 g	7.13 g	6.00 g	2.41 g	5.56 g	8.44 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 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
30.29 g	3.30 g	0.93 g	28.62 g	0.00 g	0.58 g	29.80 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.26 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 Danubia Kft.
 2730 Albertfűrső, Pesti út 65.
 Csoportos étkezés: 17783406-8-13
 Adószám: 24255938-13
 E-mail: info@eatrend.hu