


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(00029) Iskola felső	Téli varázslat tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával	Tej Kifli	Meggyes tea Teljes kiőrlésű kenyér Vaníliás túrókrémrel	Kakaó Kalács	Citromos tea Majonézos tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával
		Energia: 384.81 Kcal / 1,608.51 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 261.33 Kcal / 1,092.36 KJ	Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ	Energia: 348.55 Kcal / 1,456.94 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		6.48 g 10.67 g 3.88 g	10.56 g 3.28 g 1.73 g	8.26 g 2.36 g 0.92 g	14.15 g 9.34 g 4.25 g	5.51 g 14.07 g 5.23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
64.43 g 32.03 g 0.00 g	33.40 g 0.00 g 0.68 g	51.34 g 22.39 g 0.09 g	59.52 g 14.19 g 0.90 g	49.49 g 20.58 g 0.73 g		
1		1,7	1,7,(12)	1,3,7	1,3,4,7,10	
Ebéd A	(00029) Iskola felső	Fokhagymakrémeles Pirított kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel	Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma	Citromos almaleves Burgonyapüré Stefánia vagdalttal	Tejfölös zöldbableves Tarhonyás Cékasalátával	Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral
		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: 760.39 Kcal / 3,178.43 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	26.32 g 37.34 g 9.11 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	78.97 g 4.85 g 4.22 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	
Ebéd B	(00029) Iskola felső	Fokhagymakrémeles Pirított kenyérkockával Lucskos káposzta Félbarna kenyérral	Májgaluskaleves Stíriai metélt Alma	Citromos almaleves Milánói makaróni Reszelt sajttal	Tejfölös zöldbableves Tökfőzelék Lenmagos fasírttal	Tojásleves Zúzapörkölt Szarvacska tésztával
		Energia: 618.62 Kcal / 2,585.83 KJ	Energia: 359.90 Kcal / 1,504.38 KJ	Energia: 740.64 Kcal / 3,095.88 KJ	Energia: 622.87 Kcal / 2,603.60 KJ	Energia: 487.74 Kcal / 2,038.75 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		20.43 g 37.64 g 9.25 g	26.54 g 17.96 g 8.22 g	37.30 g 28.38 g 9.22 g	20.76 g 35.90 g 10.09 g	28.46 g 12.65 g 2.64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
49.35 g 0.01 g 1.26 g	79.99 g 3.74 g 1.63 g	88.41 g 17.99 g 5.76 g	53.54 g 9.02 g 2.08 g	64.45 g 0.01 g 2.17 g		
1,7,9		1,3,7,9,(12)	1,3,7	1,3,7,9	1,3,7,9	
Uzsonna	(00029) Iskola felső	Csokoládékrémes rúd	Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal	Zsemle Sajt szelettel Margarinnal Kigyóuborkával	Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal	Korpás kifli Gyümölcsös joghurttal
		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-csilagfűrt	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 Dél-Dunántúl Kft.
2737 Algyőúti, Pécs ut. 65.
Céginformációk: 17783406-6-13
Állásidő: 2024.06.06-12-07

Élelmiszevezető