


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsós 7-11	Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Vaníliás tej Kifli			Barackos tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával			Tej Briós		
		Energia: 281.61 Kcal / 1,177.13 KJ			Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ			Energia: 279.23 Kcal / 1,167.18 KJ			Energia: 296.52 Kcal / 1,239.45 KJ			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.83 g	9.28 g	7.71 g	10.57 g	3.29 g	1.73 g	6.58 g	6.05 g	2.28 g	5.14 g	12.44 g	2.96 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.28 g	9.99 g	1.60 g	54.22 g	19.98 g	0.68 g	49.40 g	21.98 g	1.22 g	40.47 g	12.00 g	0.73 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g		
1,1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7				
Ebéd	A menü Iskola alsós 7-11	Zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Hentes tokány Párolt rizssel			Legényfogó leves Mákos tészta			Gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erőleves Marhapörkölt Tarhonyával Céklasalátával		
		Energia: 482.11 Kcal / 2,015.22 KJ			Energia: 700.63 Kcal / 2,928.63 KJ			Energia: 482.57 Kcal / 2,017.14 KJ			Energia: 658.02 Kcal / 2,750.52 KJ			Energia: 652.33 Kcal / 2,726.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.35 g	21.71 g	5.18 g	23.51 g	32.52 g	8.38 g	22.12 g	11.44 g	2.47 g	30.71 g	30.12 g	7.14 g	25.49 g	26.94 g	6.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.60 g	0.07 g	6.52 g	77.63 g	0.03 g	3.15 g	73.15 g	10.00 g	2.00 g	65.70 g	0.02 g	1.89 g	75.99 g	4.80 g	4.94 g		
1,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
B menü Iskola alsós 7-11	Iskola alsós 7-11	Zöldborsóleves Kelkáposzta főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Görögös rakott burgonya			Legényfogó leves Darafeljűt Gyümölcsöntettel			Gombaleves Majorannás csirkecsontkány Főtt tésztával			Erőleves Rántott sertés szelet szezámos bundában Párolt rizssel Káposztasalátával		
		Energia: 644.13 Kcal / 2,692.46 KJ			Energia: 136.89 Kcal / 572.20 KJ			Energia: 757.16 Kcal / 3,164.93 KJ			Energia: 501.57 Kcal / 2,096.56 KJ			Energia: 943.70 Kcal / 3,944.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.79 g	30.94 g	7.19 g	5.06 g	4.55 g	0.73 g	28.77 g	13.34 g	4.09 g	29.79 g	15.02 g	2.28 g	27.15 g	48.04 g	6.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.17 g	0.05 g	4.21 g	18.77 g	0.03 g	1.23 g	132.18 g	38.07 g	2.58 g	61.68 g	0.02 g	2.50 g	99.42 g	8.10 g	3.44 g		
1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(12)			1,9,(3)			1,3,9,11				
Uzsonna	Iskola alsós 7-11	Vajas pogácsa			Diákcsemege Rozskenyér Margarinnal Uborkával			Sajtkrém rúd			Puding			Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal Salátalevéellel		
		Energia: 182.50 Kcal / 762.85 KJ			Energia: 218.82 Kcal / 914.67 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 194.49 Kcal / 812.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.46 g	13.10 g	3.58 g	8.64 g	6.89 g	7.00 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	9.51 g	3.65 g	5.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
13.48 g	0.00 g	0.79 g	30.50 g	3.30 g	1.24 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	30.86 g	0.00 g	1.19 g		
1,7,(6),(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 |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezámm |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid |

Életpályát kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2130 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csomóponti adószám: 1783408-5-13
 Adószám: 2691583-4-13
 7.