


		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Közéiskola	Tej Mézes Margarinos Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Diákcsemegés Margarinos Korpás kenyér Paradicsommal			Tea barackos Padlizsánkrémes Zsemle			Citromos tea Majonéz tojáskrémes Rozskenyér			Kakaó Kalács Narancs		
		Energia: 564.44 Kcal / 2,359.36 KJ			Energia: 409.12 Kcal / 1,710.12 KJ			Energia: 547.63 Kcal / 2,289.09 KJ			Energia: 511.21 Kcal / 2,136.86 KJ			Energia: 703.41 Kcal / 2,940.25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		20.38 g	8.95 g	3.84 g	11.45 g	9.87 g	3.18 g	10.66 g	16.75 g	7.99 g	13.69 g	9.85 g	13.40 g	23.53 g	16.90 g	7.43 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
100.31 g 24.30 g 2.86 g			68.39 g 12.00 g 2.00 g			87.79 g 19.99 g 1.03 g			91.78 g 19.99 g 1.48 g			112.72 g 21.38 g 1.58 g				
1,7		1,(7)		1,7,(10)		1,3,7,10,(12)		1,3,7								
Ebéd A menü	Közéiskola	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tahonyával			Paradicsomleves Betűtésztával Gyros Fűszeres burgonyával Joghurtos öntettel Vitaminsalátával			Jókai bableves Félbarna kenyérral Prézlis nudli Lekvárral Porcukorral Alma			Csontleves Levesbetéttel Sült bécsi virsli Burgonyafőzelékkel Félbarna kenyérral		
		Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ			Energia: 783.76 Kcal / 3,276.12 KJ			Energia: 1,210.89 Kcal / 5,061.52 KJ			Energia: 1,174.44 Kcal / 4,909.16 KJ			Energia: 617.68 Kcal / 2,581.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		49.04 g	82.22 g	14.32 g	30.41 g	36.05 g	11.42 g	49.78 g	28.13 g	8.03 g	38.77 g	16.29 g	4.52 g	31.26 g	43.37 g	12.08 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
101.60 g 22.93 g 2.63 g			83.33 g 0.23 g 4.82 g			187.10 g 40.17 g 5.06 g			214.49 g 50.54 g 4.69 g			93.53 g 0.04 g 7.65 g				
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)		1,3,9,(7)		1,3,7,9,(10)		1,7,9,(12)		1,3,7,9								
Ebéd B menü	Közéiskola	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Sertéssült Gombamártással Párolt rizzsel			Vajgaluskaleves Stefánia vagdalt Burgonyapürével			Paradicsomleves Levesbetéttel Szezámagos rántott sertésszelet Kukoricás rizzsel			Jókai bableves Félbarna kenyérral Mákos tészta			Csontleves Borsos tokány Főtt tésztával		
		Energia: 916.71 Kcal / 3,831.85 KJ			Energia: 859.61 Kcal / 3,593.17 KJ			Energia: 1,480.84 Kcal / 6,189.91 KJ			Energia: 1,053.14 Kcal / 4,402.13 KJ			Energia: 759.51 Kcal / 3,174.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		46.08 g	37.11 g	6.85 g	33.94 g	41.72 g	8.60 g	42.49 g	66.88 g	1.03 g	37.82 g	28.34 g	7.03 g	32.69 g	33.43 g	9.49 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
99.88 g 0.51 g 3.36 g			85.04 g 0.02 g 7.16 g			175.40 g 39.96 g 4.77 g			160.33 g 20.03 g 3.89 g			81.11 g 0.04 g 5.54 g				
1,3,7,9,(6),(10),(11)		1,3,7,9		1,3,9,11		1,7,9,(3)		1,3,9								
Uzsonna	Közéiskola	Turista felvágottas Margarinos Korpás zsemle Paprikával			Csokoládékrémes rúd			Szendvics sonkás Margarinos Korpás kenyér Uborkával			Sajtos rúd			Sertés párizsis Margarinos Korpás zsemle Jégcsapretekkel		
		Energia: 429.75 Kcal / 1,796.36 KJ			Energia: 730.66 Kcal / 3,054.16 KJ			Energia: 411.31 Kcal / 1,719.28 KJ			Energia: 199.42 Kcal / 833.58 KJ			Energia: 398.74 Kcal / 1,666.73 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		15.84 g	14.87 g	3.42 g	23.42 g	52.92 g	20.14 g	21.40 g	5.80 g	2.01 g	9.68 g	2.80 g	4.38 g	14.60 g	12.02 g	4.82 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
58.02 g 0.00 g 1.61 g			39.32 g 0.00 g 2.76 g			68.28 g 0.00 g 3.11 g			34.00 g 0.00 g 2.04 g			58.13 g 6.24 g 2.07 g				
1,(7)		1,7,(3),(6),(8),(11),(12)		1,(7)		1,7,(3),(6),(8),(11),(12)		1,(7)								

Az étlanváltoztatás ioegát fennartjuk! 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 Danubia Kft.
 2730 Albertfalva, Pesti út 65.
 Cégvezetés add: 06-30-1783403-5.11...
 Adószám: 26215633-4-13
 Élelmészvezető