


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Kerecsend Iskola felsős 11-14 éves	Téli varázslat tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával	Tej Kiflivel	Meggyes tea Teljes kiőrlésű kenyér Vaníliás túrókrémmel	Kakaó Kaláccsal	Citromos tea Majonézes tonhalkrém 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		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	Kerecsend Iskola felsős 11-14 éves	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérekockával Csikós tokány Párolt rizszel	Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma	Citromos almaleves Burgonyapüré Stefánia vagdalttal	Tejfölös zöldbaleves Tarhonyáshús Céklasalátával	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: 642.58 Kcal / 2,685.98 KJ	Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		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	24.83 g	28.63 g	8.09 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	70.69 g	4.83 g	2.24 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								
Uzsonna	Kerecsend Iskola felsős 11-14 éves	Csokoládékrém rúd	Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal	Zsemle Sajt szelettel Margarinnal Kígyóuborkával	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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		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-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 Albertirsa, Peati út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-6-13
 Adószám: 14892504-19
 20.