


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Kerecsend Iskola felső 11-14 éves	Citromos tea Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinos	Tej Kifli	Meggyes tea Sült hagyma krémes Félbarna kenyér	Kakaó Kalács	Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Jégcsapretekkel
		Energia: 328.13 Kcal / 1,371.58 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 351.30 Kcal / 1,468.43 KJ	Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ	Energia: 322.23 Kcal / 1,346.92 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 8.18 g 11.63 g 4.34 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 10.56 g 3.28 g 1.73 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 6.85 g 12.19 g 5.48 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 14.15 g 9.34 g 4.25 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 7.27 g 13.14 g 10.33 g
		Szénhidrát Cukor Só 47.44 g 19.98 g 2.02 g	Szénhidrát Cukor Só 33.40 g 0.00 g 0.68 g	Szénhidrát Cukor Só 53.01 g 19.99 g 0.40 g	Szénhidrát Cukor Só 59.52 g 14.19 g 0.90 g	Szénhidrát Cukor Só 43.34 g 16.68 g 0.71 g
		1,(7)	1,7	1,7	1,3,7	1,7
Ebéd	Kerecsend Iskola felső 11-14 éves	Sárgaborsó-krémleves Kolbászmorzsával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal	Magyaros csipetkeleves Tököfélék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral	Húsgaluskafeves Mákos tészta Alma	Paradicsomleves Betűtésztával Zöldséges pulykavagdalt Burgonyapürével	Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel
		Energia: 841.98 Kcal / 3,519.48 KJ	Energia: 502.12 Kcal / 2,098.86 KJ	Energia: 567.72 Kcal / 2,373.07 KJ	Energia: 668.54 Kcal / 2,794.50 KJ	Energia: 620.82 Kcal / 2,595.03 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 35.24 g 40.29 g 9.58 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 18.51 g 32.92 g 9.05 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 19.61 g 14.02 g 3.32 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 24.86 g 14.57 g 3.40 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 20.73 g 30.25 g 8.73 g
		Szénhidrát Cukor Só 83.79 g 0.06 g 4.14 g	Szénhidrát Cukor Só 66.67 g 9.01 g 4.39 g	Szénhidrát Cukor Só 89.86 g 19.99 g 2.30 g	Szénhidrát Cukor Só 108.34 g 31.97 g 5.77 g	Szénhidrát Cukor Só 65.67 g 0.01 g 2.42 g
		1,3,9,15,(10),(12)	1,3,7,9	1,3,9	1,3,7,9	1,3,7,9
Uzsonna	Kerecsend Iskola felső 11-14 éves	Helyben sült vaníliás táska	Kenőmájjasos Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Diákcsomagolás Korpás zsemle Margarinnal	Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal	Helybe sült sajtos pogácsa Suli szelet
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 250.19 Kcal / 1,045.79 KJ	Energia: 197.43 Kcal / 825.26 KJ	Energia: 208.12 Kcal / 869.94 KJ	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 11.71 g 26.46 g 10.07 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 9.90 g 8.89 g 3.33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 6.98 g 6.13 g 2.39 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 8.09 g 7.16 g 2.65 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 2.46 g 13.10 g 3.58 g
		Szénhidrát Cukor Só 19.66 g 0.00 g 1.38 g	Szénhidrát Cukor Só 32.36 g 3.85 g 0.43 g	Szénhidrát Cukor Só 28.55 g 0.00 g 1.04 g	Szénhidrát Cukor Só 27.78 g 0.00 g 1.36 g	Szénhidrát Cukor Só 13.48 g 0.00 g 0.79 g
		1,7,(3),(6),(12)	1,(6),(7),(10)	1,(7)	1,(7)	1,3,7

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 | 3-tojás | 5-földimogyoró | 7-tejtermék,laktóz | 9-zeller | 11-szezám | 13-csillagfűrt | 15-mesterséges édesítőszer |
| 2-rák | 4-hal | 6-szója | 8-diófélék | 10-mustár | 12-kéndioxid-szulfid | 14-puhatestűek | 16-édesgyökér |

Jó étvágyat kívánunk!

