


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

|  |                                   | hétfő   |                                   |                                    | kedd   |               |   | szerda   |                       |   | csütörtök   |               |                                    | péntek  |         |   |
|--|-----------------------------------|---|-----------------------------------|------------------------------------|--|---------------|---|--|-----------------------|---|---|---------------|------------------------------------|---|---------|---|
|  |                                   | Tízórai   | Kerecsend Iskola felső 11-14 éves | Karamellás tej Molnárkával         |  |               | Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémes Rozskenyér |  |                       | Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Félbarna kenyérral |   |               | Tej Gabonagolyóval                 |   |         | Almás-fahéjas tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér |
| Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 Kj   |                                   |   |                                   | Energia: 322.19 Kcal / 1,346.75 Kj |  |               | Energia: 387.32 Kcal / 1,619.00 Kj                            |  |                       | Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 Kj                        |   |               | Energia: 421.26 Kcal / 1,760.87 Kj |   |         |   |
| Fehérje  | Zsír                              |   |                                   | T.Zsír                             | Fehérje  | Zsír          | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                  | T.Zsír  | Fehérje   | Zsír          | T.Zsír                             | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír  |
| 12.39 g  | 7.99 g                            |   |                                   | 3.69 g                             | 7.28 g   | 13.40 g       | 7.99 g  | 8.83 g   | 15.93 g               | 0.18 g  | 9.88 g  | 3.24 g        | 1.67 g                             | 6.80 g  | 15.95 g | 4.83 g  |
| Szénhidrát   | Cukor                             |   |                                   | Só                                 | Szénhidrát   | Cukor         | Só  | Szénhidrát   | Cukor                 | Só  | Szénhidrát  | Cukor         | Só                                 | Szénhidrát  | Cukor   | Só  |
| 52.88 g  | 14.89 g                           | 0.89 g  | 42.61 g                           | 12.00 g                            | 0.73 g   | 51.76 g       | 19.98 g   | 0.00 g   | 43.80 g               | 0.00 g  | 1.18 g  | 61.26 g       | 32.03 g                            | 0.12 g  |         |   |
| 1,3,7  |                                   |   | 1,7                               |                                    |  | 1,3,7,10,(12) |   |  | 7,(1),(3),(5)         |   |   | 1,3,4,7,10    |                                    |   |         |   |
| Ebéd   | Kerecsend Iskola felső 11-14 éves | Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal |                                   |                                    | Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral |               |   | Erőleves Roston sült csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel |                       |   | Gyömbéres Körtekrémleves Müzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva |               |                                    | Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával Félbarna kenyérral |         |   |
|  |                                   | Energia: 602.38 Kcal / 2,517.95 Kj                  |                                   |                                    | Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 Kj   |               |   | Energia: 645.05 Kcal / 2,696.31 Kj                           |                       |   | Energia: 636.52 Kcal / 2,660.65 Kj  |               |                                    | Energia: 578.77 Kcal / 2,419.26 Kj                            |         |   |
|  |                                   | Fehérje   | Zsír                              | T.Zsír                             | Fehérje  | Zsír          | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                  | T.Zsír  | Fehérje   | Zsír          | T.Zsír                             | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír  |
|  |                                   | 28.13 g   | 27.14 g                           | 8.33 g                             | 17.30 g  | 19.45 g       | 1.29 g  | 28.63 g  | 36.74 g               | 2.24 g  | 22.39 g   | 28.55 g       | 7.87 g                             | 21.30 g   | 26.76 g | 3.41 g  |
|  |                                   | Szénhidrát  | Cukor                             | Só                                 | Szénhidrát   | Cukor         | Só  | Szénhidrát   | Cukor                 | Só  | Szénhidrát  | Cukor         | Só                                 | Szénhidrát  | Cukor   | Só  |
| 60.58 g  | 2.03 g                            | 1.45 g  | 82.15 g                           | 10.06 g                            | 2.71 g   | 49.45 g       | 0.17 g  | 2.01 g   | 71.16 g               | 0.00 g  | 2.58 g  | 61.80 g       | 0.01 g                             | 4.98 g  |         |   |
| 1,3,7,9,(6),(12)   |                                   |   | 1,7,9                             |                                    |  | 1,7,9,(10)    |   |  | 1,5,6,7,(8),(11),(12) |   |   | 1,3,9,15,(12) |                                    |   |         |   |
| Uzsonna  | Kerecsend Iskola felső 11-14 éves | Kenőmájás Korpás kenyérral Kígyóuborkával           |                                   |                                    | Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllel                              |               |   | Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával                  |                       |   | Kockasajt Korpás kiflivel   |               |                                    | Sajtkrémes rúd Zabrudai                                       |         |   |
|  |                                   | Energia: 236.66 Kcal / 989.24 Kj                    |                                   |                                    | Energia: 218.48 Kcal / 913.25 Kj   |               |   | Energia: 256.42 Kcal / 1,071.84 Kj                           |                       |   | Energia: 276.65 Kcal / 1,156.40 Kj  |               |                                    | Energia: 164.00 Kcal / 685.52 Kj                              |         |   |
|  |                                   | Fehérje   | Zsír                              | T.Zsír                             | Fehérje  | Zsír          | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                  | T.Zsír  | Fehérje   | Zsír          | T.Zsír                             | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír  |
|  |                                   | 8.23 g  | 8.51 g                            | 3.25 g                             | 8.32 g   | 7.82 g        | 3.09 g  | 5.81 g   | 12.44 g               | 5.93 g  | 13.70 g   | 13.27 g       | 7.51 g                             | 7.99 g  | 2.31 g  | 3.61 g  |
|  |                                   | Szénhidrát  | Cukor                             | Só                                 | Szénhidrát   | Cukor         | Só  | Szénhidrát   | Cukor                 | Só  | Szénhidrát  | Cukor         | Só                                 | Szénhidrát  | Cukor   | Só  |
| 31.50 g  | 3.30 g                            | 1.05 g  | 28.64 g                           | 0.00 g                             | 0.80 g   | 30.00 g       | 0.00 g  | 0.51 g   | 25.28 g               | 0.00 g  | 1.96 g  | 33.28 g       | 0.00 g                             | 1.69 g  |         |   |
| 1,(6),(7),(10)   |                                   |   | 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-csillagfűrt             | 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 árak szám: 177834084-13  
 Adószám: 148925604-13  
 20.