


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Iskola alsós 7-10 éves	Karamellás tej Molnárkával			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémés Rozskenyér			Citromos tea "Eatrend" tepertőkrémés Félbarna kenyér			Tej Gabonagolyóval			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémés Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 Kj			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 Kj			Energia: 333.05 Kcal / 1,392.15 Kj			Energia: 208.05 Kcal / 869.65 Kj			Energia: 352.12 Kcal / 1,471.86 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		12.39 g	7.99 g	3.69 g	7.00 g	9.39 g	8.57 g	7.80 g	10.47 g	3.82 g	9.11 g	3.18 g	1.66 g	6.71 g	10.65 g	3.30 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	40.41 g	10.00 g	0.73 g	51.57 g	19.98 g	0.25 g	35.50 g	0.00 g	0.95 g	56.81 g	28.38 g	0.11 g		
1,3,7			1,7			1,3,10,(7),(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola alsós 7-10 éves	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel			Gyömbéres körtekrémleves Múzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Csurgatott tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 511.81 Kcal / 2,139.37 Kj			Energia: 400.75 Kcal / 1,675.14 Kj			Energia: 716.11 Kcal / 2,993.34 Kj			Energia: 580.09 Kcal / 2,424.78 Kj			Energia: 345.06 Kcal / 1,442.35 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		24.20 g	22.88 g	7.98 g	13.53 g	11.88 g	1.65 g	30.89 g	31.72 g	1.83 g	19.95 g	25.38 g	6.89 g	14.92 g	15.32 g	4.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.58 g	1.54 g	5.78 g	59.94 g	12.06 g	1.67 g	74.72 g	0.17 g	2.02 g	66.79 g	0.00 g	2.25 g	35.91 g	0.01 g	1.89 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	Iskola alsós 7-10 éves	Kenőmájás Korpás kenyér Kígyóuborkával			Margarinos Zsemle Sertés párizsival Jégsalátával			Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával			Kockasajt Korpás kiflivel			Helyben sült sajtkrémés rúd Zabrudai		
		Energia: 200.79 Kcal / 839.30 Kj			Energia: 196.95 Kcal / 823.25 Kj			Energia: 216.48 Kcal / 904.89 Kj			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 Kj			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		6.80 g	5.80 g	2.17 g	7.12 g	6.00 g	2.41 g	5.44 g	8.41 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 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
30.12 g	2.20 g	0.93 g	28.59 g	0.00 g	0.58 g	29.50 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.26 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-csillagfürt	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 Kft.
 2790 Albertirsa, Pesti út 65.
 E-mail: info@eatrend.hu; 20/419-2804
 Csoportos adószám: 1783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 7.