


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Reggeli</b>	<b>Iskola felsős 11-14 éves</b>	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: 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			
		12.39 g	7.99 g	3.69 g	7.28 g	13.40 g	10.50 g	8.83 g	15.93 g	5.82 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	6.80 g	15.95 g	5.05 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	0.47 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	61.26 g	32.63 g	0.11 g		
1,3,7		1,7		1,3,10,(7),(12)		7,(1),(3),(5)		1,3,4,7,10								
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola felsős 11-14 éves</b>	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal		Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral		Erőleves Roston sült csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel		Gyömbéres körtekrémleves Müzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva		Csurgatott tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával						
		Energia: 602.38 Kcal / 2,517.95 KJ		Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 KJ		Energia: 782.80 Kcal / 3,272.10 KJ		Energia: 635.97 Kcal / 2,658.35 KJ		Energia: 501.18 Kcal / 2,094.93 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		28.13 g	27.14 g	9.20 g	17.30 g	19.45 g	2.66 g	30.89 g	39.14 g	2.68 g	22.38 g	28.53 g	7.87 g	18.36 g	26.46 g	6.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.58 g	2.05 g	2.23 g	82.15 g	20.05 g	2.71 g	74.64 g	0.17 g	1.62 g	71.15 g	0.00 g	2.58 g	46.11 g	0.01 g	4.95 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)								
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola felsős 11-14 éves</b>	Kenőmájás Korpás kenyér Kígyóuborkával		Margarinos Zsemle Sertés párizsival Jégsalátával		Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával		Kockasajt Korpás kiflivel		Helyben sült sajtkrémés 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			
		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-csillagfürt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezám            | 14-puhatestűk              |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos étkezés: 2024/11/04-11/08  
 Tel: 06-30-419-2804  
 Adószám: 14893560-4-13