


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	Középiskolás 15-18	Karamellás tej Molnárkával	Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér	Citromos tea "Eatrend" tepertőkrém Félbarna kenyér	Tej Gabonagolyóval	Almás-fahéjas tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér										
		Energia: 620.65 Kcal / 2,594.32 KJ	Energia: 518.81 Kcal / 2,168.63 KJ	Energia: 625.95 Kcal / 2,616.47 KJ	Energia: 306.31 Kcal / 1,280.38 KJ	Energia: 677.31 Kcal / 2,831.16 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.38 g	14.48 g	6.56 g	13.94 g	18.76 g	15.97 g	15.60 g	20.92 g	0.36 g	12.35 g	4.05 g	2.08 g	13.15 g	21.23 g	7.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
100.46 g	29.78 g	1.64 g	72.81 g	12.00 g	1.45 g	93.15 g	19.99 g	0.00 g	54.75 g	0.00 g	1.24 g	105.83 g	19.99 g	1.19 g		
1,3,7		1,7		1,3,10,(7),(12)		7,(1),(3),(5)		1,3,4,7,10								
Ebéd	Középiskolás 15-18	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal	Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral	Erőleves Roston sült csirkemell Sajtmártással Párolt rizzzel	Gyömbéres körtekrémleves Műzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva	Csurगतott tojasleves Pusztapörkölt Csemege uborkával										
		Energia: 862.92 Kcal / 3,607.01 KJ	Energia: 763.06 Kcal / 3,189.59 KJ	Energia: 1,081.86 Kcal / 4,522.17 KJ	Energia: 741.78 Kcal / 3,100.64 KJ	Energia: 682.84 Kcal / 2,854.27 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38.70 g	44.84 g	9.08 g	23.96 g	25.38 g	2.44 g	47.16 g	56.69 g	3.66 g	25.42 g	32.72 g	8.85 g	27.35 g	40.08 g	10.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.96 g	5.00 g	1.14 g	109.60 g	10.13 g	5.01 g	94.77 g	0.23 g	8.21 g	84.82 g	0.00 g	2.90 g	51.63 g	0.01 g	7.06 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	Középiskolás 15-18	Kenőmájás Korpás kenyér Kígyóborkával	Margarinos Zsemle Sertés párizsival Jégsalátával	Magyaros vajkrém Korpás zsemle Paprikával	Kockasajt Korpás kiflivel	Helyben sült sajtkrém rúd Zabudi										
		Energia: 401.58 Kcal / 1,678.60 KJ	Energia: 394.12 Kcal / 1,647.42 KJ	Energia: 431.00 Kcal / 1,801.58 KJ	Energia: 402.68 Kcal / 1,683.20 KJ	Energia: 328.00 Kcal / 1,371.04 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.60 g	11.59 g	4.34 g	14.25 g	12.00 g	4.81 g	10.76 g	16.79 g	7.99 g	19.04 g	14.04 g	7.58 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.23 g	4.40 g	1.86 g	57.21 g	0.00 g	1.15 g	58.70 g	0.00 g	1.03 g	49.56 g	0.00 g	2.52 g	66.56 g	0.00 g	3.38 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-csillagfűt	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.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Tisztasági engedélyszám: 17783408-5-13
Adószám: 14893560-4-13