


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Limonádé Turista szalámi Margarin Rozskenyér			Vaníliás tej Kifli			Barackos tea Sertés párizsi Margarin Korpás kenyér			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Paprika			Tej Briós		
		Energia: 258.18 Kcal / 1,079.19 Kj			Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 Kj			Energia: 312.34 Kcal / 1,305.58 Kj			Energia: 341.53 Kcal / 1,427.60 Kj			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.37 g	6.90 g	6.78 g	10.57 g	3.29 g	1.73 g	7.72 g	7.86 g	2.96 g	5.38 g	17.24 g	4.79 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.27 g	9.99 g	1.23 g	54.22 g	19.98 g	0.68 g	52.41 g	24.98 g	1.44 g	40.64 g	12.00 g	0.74 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Tejfölös zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérbakkal Hentes tokány Párolt rizszel			Legényfogó leves Mákos tészta Körte			Gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erőleves Levesbetéttel Marhapörkölt Tarhonya körettel Céklasalátával		
		Energia: 387.89 Kcal / 1,621.38 Kj			Energia: 709.62 Kcal / 2,966.21 Kj			Energia: 597.60 Kcal / 2,497.97 Kj			Energia: 663.41 Kcal / 2,773.05 Kj			Energia: 719.02 Kcal / 3,005.50 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.79 g	23.35 g	5.88 g	23.55 g	33.71 g	8.71 g	23.34 g	14.94 g	3.71 g	30.90 g	30.16 g	7.14 g	25.14 g	33.88 g	7.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.96 g	0.07 g	5.49 g	77.17 g	0.03 g	3.34 g	91.90 g	10.00 g	1.44 g	66.76 g	0.02 g	1.89 g	75.91 g	4.80 g	4.54 g		
1,7,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Vajas pogácsa			Margarin Fokhagymás felvágott Rozskenyér Uborka			Helyben sült sajtkrémés rúd			Poharas puding Kifli			Csirkemellsonka Margarin Rozskenyér Salátalevél		
		Energia: 182.50 Kcal / 762.85 Kj			Energia: 275.73 Kcal / 1,152.55 Kj			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 Kj			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 Kj			Energia: 205.54 Kcal / 859.16 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.46 g	13.10 g	3.58 g	10.47 g	12.35 g	9.08 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	11.21 g	3.93 g	5.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
13.48 g	0.00 g	0.79 g	30.54 g	3.30 g	2.03 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	31.28 g	0.00 g	1.40 g		
1,7,(6),(12)			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, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 1783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13