

Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Reggeli	Barackos tea Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle			Epres tea Kefir Kiflivel			Cspikebogyós tea Sajtkrémes rúd			Barackos tea Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Citromos tea Mézes Félbarna kenyér Margarinnal		
		Energia: 352.56 Kcal / 1,473.70 KJ			Energia: 256.98 Kcal / 1,074.18 KJ			Energia: 245.95 Kcal / 1,028.07 KJ			Energia: 374.94 Kcal / 1,567.25 KJ			Energia: 319.24 Kcal / 1,334.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.66 g	12.39 g	5.93 g	10.69 g	0.51 g	0.21 g	8.20 g	2.35 g	3.61 g	10.20 g	11.88 g	4.52 g	6.09 g	2.63 g	1.08 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
54.09 g 24.98 g 0.06 g			52.00 g 19.99 g 1.01 g			53.28 g 19.99 g 1.69 g			56.46 g 24.98 g 1.32 g			67.57 g 36.18 g 0.06 g				
1,7			1,7			1,7			1,(7)			1,(7)				
Tízórai	Iskola Felső A	Karamellás tej Molnárika			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémes Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrémes Félbarna kenyér			Tej Gabonagolyó			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ			Energia: 322.19 Kcal / 1,346.75 KJ			Energia: 395.93 Kcal / 1,654.99 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	10.50 g	8.96 g	16.73 g	6.25 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			51.86 g 19.98 g 0.43 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				
Ebéd	Iskola Felső A	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Rántott dinóval Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajt mártással			Gyömbéres körtekrémes Műzsliszórttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		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: 656.29 Kcal / 2,743.29 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.13 g	27.14 g	9.20 g	17.30 g	19.45 g	2.66 g	28.63 g	36.74 g	9.38 g	22.53 g	28.15 g	8.87 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			49.45 g 0.17 g 3.20 g			76.76 g 13.39 g 2.93 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)				
Uzsonna	Iskola Felső A	Kenőmájas Korpás kenyér Kigyóborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			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				
Vacsora	Iskola Felső A	Citromos tea Bécsi felvágottas Graham kenyér Margarinnal Paradicsommal			Gyümölcsle Toast felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Kigyóborkával			Barackos tea Paprikás szalámis Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Cseresznyés tea Csirkemellsonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kigyóborkával			Citromos tea Zala felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal		
		Energia: 365.64 Kcal / 1,528.38 KJ			Energia: 307.12 Kcal / 1,283.76 KJ			Energia: 353.78 Kcal / 1,478.80 KJ			Energia: 291.61 Kcal / 1,218.93 KJ			Energia: 236.63 Kcal / 989.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.60 g	11.93 g	4.35 g	11.89 g	14.52 g	6.75 g	9.57 g	10.08 g	7.84 g	11.49 g	3.51 g	1.36 g	8.63 g	6.47 g	2.53 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
53.68 g 19.98 g 2.35 g			31.59 g 6.18 g 1.04 g			55.88 g 24.98 g 1.36 g			53.43 g 24.67 g 0.71 g			35.63 g 2.88 g 0.48 g				
1,(7)			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

Menüszerkesztés
Jó ételtől kezdünk!
Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Céginformációs a/szám: 17783408-5-13
Adószám: 14822222-11-11

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén 3-tojás 5-földimogyoró 7-tejtermék,laktóz 9-zeller 11-szezámm 13-csillagfűrt 15-mesterséges édesítőszer
2-rák 4-hal 6-szója 8-diófélék 10-mustár 12-kéndioxid-szulfit 14-puhatestűek 16-édesgyökér

Élelmiszer-ellenőrzési hatóság