


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola alsó 7-10 éves</b>	Karamellás tej Molnárka			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrém Félbarna kenyér			Tej Gabonagolyó			Almás-fahéjas tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ			Energia: 284.21 Kcal / 1,188.00 KJ			Energia: 333.05 Kcal / 1,392.15 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 340.71 Kcal / 1,424.17 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	7.03 g	9.40 g	8.57 g	7.80 g	10.47 g	3.82 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	6.84 g	10.67 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	42.41 g	12.00 g	0.73 g	51.57 g	19.98 g	0.25 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	53.81 g	25.38 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 alsó 7-10 éves</b>	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Rántott dínóval Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajt mártással			Gyömbéres körtekrémleves Müzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 455.05 Kcal / 1,902.11 KJ			Energia: 502.21 Kcal / 2,099.24 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ			Energia: 666.00 Kcal / 2,783.88 KJ			Energia: 690.58 Kcal / 2,886.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.70 g	25.29 g	6.52 g	22.35 g	14.99 g	5.28 g	g	g	g	23.43 g	20.92 g	4.22 g	27.23 g	33.18 g	8.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
65.86 g	0.17 g	0.65 g	68.90 g	3.03 g	2.50 g	g	g	g	95.11 g	0.27 g	3.17 g	70.26 g	0.05 g	4.83 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 alsó 7-10 éves</b>	Kenőmájasos Korpás kenyér Kígyóuborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Magyaros vajkrém Korpás zsemle Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			Sajtkrém rúd Zabrudai		
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 204.85 Kcal / 856.27 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 185.23 Kcal / 774.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.54 g	3.86 g	1.55 g	g	g	g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	9.22 g	3.77 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.98 g	18.16 g	0.67 g	32.94 g	3.30 g	1.59 g	g	g	g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.58 g	0.00 g	0.79 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-csillagfűrt	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.  
 Csoportos étkezés  
 Tel: 06-20-419-2804  
 Adószám: 14893533-1-13