


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.


		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskola A 15-18 éves	Karamellás tej Molnárka Diákcsemegés Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér Kajszibarackos háromszög			Citromos tea Tepertőkrém Félbarna kenyér Tejszelet			Tej Gabonagolyó Zsemle Margarinnal Főtt tojaskarikával Paprikával			Almás-fahéjas tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Szendvicssonkás Zsemle Margarinnal Paradicsommal		
		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	17.13 g	15.60 g	20.92 g	7.65 g	12.35 g	4.05 g	2.09 g	13.15 g	21.23 g	6.60 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	1.46 g	93.15 g	29.98 g	0.50 g	54.75 g	0.00 g	1.47 g	105.83 g	48.87 g	0.22 g		
1,3,7			1,7			1,3,10,(7),(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Középiskola A 15-18 éves	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Rántott dinóval Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajt mártással			Gyömbéres körtekrémleves Müzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 862.92 Kcal / 3,607.01 KJ			Energia: 763.06 Kcal / 3,189.59 KJ			Energia: 901.35 Kcal / 3,767.64 KJ			Energia: 750.92 Kcal / 3,138.85 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	14.50 g	23.96 g	25.38 g	3.47 g	43.96 g	51.93 g	13.76 g	25.34 g	32.05 g	10.25 g	27.35 g	40.08 g	10.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.96 g	5.08 g	3.16 g	109.60 g	20.12 g	3.81 g	63.77 g	0.23 g	9.16 g	88.64 g	17.38 g	3.40 g	51.63 g	0.01 g	7.10 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)				
Vacsora	Középiskola A 15-18 éves	Tea Fasírt Franciasalátával			Ivólé Burgonyás tészta Csemege uborkával			Tea Sült virsli Félbarna kenyérral Ketchappal, mustárral			Tea Bundás kenyér Fokhagymás tejjel					
		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: Kcal / 0.00 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	g	g	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	g	g	g		
1,(6),(7),(10)			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 Elhárítások
 Adószám: 14892537-1-13