


Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
 <b>Tízórai</b>	<b>Maklár Iskola alsós 7-10 éves</b>	Epres tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrémés Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Füstölt lencsekrémés Félbarna kenyér			Gyümölcsle Főtt tojáskarikák Margarinos Rozskenyér			Tej Mogyorókrémés Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Makói sült hagymakrémés Korpás kenyér		
		Energia: 453.55 Kcal / 1,895.84 KJ			Energia: 299.39 Kcal / 1,251.45 KJ			Energia: 304.32 Kcal / 1,272.06 KJ			Energia: 215.09 Kcal / 899.08 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ			Energia: 254.84 Kcal / 1,065.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.81 g	9.25 g	4.20 g	6.35 g	7.60 g	0.04 g	7.10 g	6.73 g	0.18 g	8.61 g	5.24 g	5.98 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g	4.64 g	8.07 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78.23 g	30.78 g	0.89 g	50.96 g	21.98 g	0.08 g	53.51 g	19.98 g	0.00 g	33.05 g	2.88 g	0.82 g	53.38 g	9.60 g	0.27 g	40.48 g	12.00 g	0.95 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Maklár Iskola alsós 7-10 éves</b>	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral			Korhelyleves kolbásszal Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szorattal Mandarin			Paradicsomleves Betűtésztaival Rántott halfilé szeszamagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyleves Eatrend burger Hamburger szósszal Jégsalátával			Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyes vágottal		
		Energia: 694.44 Kcal / 2,902.76 KJ			Energia: 370.06 Kcal / 1,546.85 KJ			Energia: 657.77 Kcal / 2,749.48 KJ			Energia: 969.97 Kcal / 4,054.47 KJ			Energia: 639.77 Kcal / 2,674.24 KJ			Energia: 564.03 Kcal / 2,357.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.15 g	33.54 g	0.78 g	17.26 g	27.76 g	4.44 g	20.72 g	18.45 g	3.32 g	23.07 g	50.64 g	2.02 g	19.01 g	26.11 g	0.00 g	23.77 g	24.86 g	7.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.57 g	0.00 g	0.40 g	52.54 g	0.02 g	3.39 g	101.25 g	38.66 g	1.56 g	102.99 g	27.97 g	4.22 g	78.65 g	0.00 g	0.00 g	63.40 g	0.01 g	2.59 g		
1,7,9,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,(12)			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Maklár Iskola alsós 7-10 éves</b>	Zala felvágottas Margarinos Rozskenyér Paprikával			Csokoládékrémés rúd			Kenőmájasos Korpás zsemle Kígyóborkával			Bécsi felvágottas Margarinos Zsemle Salátalevéllal			Gyümölcsös joghurt Korpás kiflivel			Helyben sült sajtkrémés rúd		
		Energia: 218.40 Kcal / 912.91 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 209.51 Kcal / 875.75 KJ			Energia: 221.48 Kcal / 925.79 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.15 g	6.36 g	6.59 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.66 g	5.80 g	2.37 g	7.49 g	8.52 g	3.32 g	10.93 g	6.56 g	3.20 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	Szénhidrát	Cukor	Só
31.07 g	0.00 g	1.16 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	31.43 g	3.30 g	0.74 g	28.64 g	0.00 g	0.96 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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-esillagfűrt             | 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, Postai út 65.  
 Csoportos Adószám: 17783408-6-13  
 Adószám: 14892560-4-18  
 20.