

Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Iskola Felső A	Tea Kenőmájas Zsemle			Tea Zöldfűszeres kockasajt Kifli			Tea Mogyorókrém Félbarna kenyér			Tea Csokoládékrémes rúd			Tea Pritaminpaprikás sajtkrém Félbarna kenyér		
		Energia: 322.00 Kcal / 1,345.96 KJ			Energia: 286.06 Kcal / 1,195.73 KJ			Energia: 397.59 Kcal / 1,661.93 KJ			Energia: 446.92 Kcal / 1,868.13 KJ			Energia: 302.92 Kcal / 1,266.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.82 g	8.50 g	3.16 g	10.31 g	4.62 g	2.44 g	8.01 g	9.94 g	0.38 g	11.84 g	26.49 g	10.07 g	7.39 g	9.51 g	5.01 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
52.12 g 19.98 g 0.40 g			50.19 g 24.98 g 0.79 g			68.48 g 34.39 g 0.00 g			39.66 g 19.99 g 1.38 g			46.51 g 13.99 g 0.10 g				
1,(6),(7),(10)			1,7			1,5,6,7,8			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7				
Tízórai	Iskola Felső A	Csokis tej Kifli			Barackos tea Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér			Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal			Tej Sajt szelettes Korpás kenyér Margarin Paradicsom			Citromos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ			Energia: 286.06 Kcal / 1,195.73 KJ			Energia: 277.82 Kcal / 1,161.29 KJ			Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 KJ			Energia: 367.81 Kcal / 1,537.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.29 g	1.73 g	7.28 g	12.98 g	10.61 g	6.81 g	6.26 g	2.34 g	16.28 g	10.74 g	5.92 g	7.03 g	14.20 g	4.97 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
54.22 g 19.98 g 0.68 g			34.41 g 2.88 g 1.58 g			48.36 g 19.99 g 1.18 g			39.50 g 0.00 g 1.43 g			52.46 g 19.98 g 0.04 g				
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola Felső A	Erőleves Cémmetéllel Párolt sertésszelet Almamártással Főtt burgonyával Pírtott darával			Almás szilvaleves Marhapörkölt Tarhonyával Vegyes vágott			Füstölt sajtos Karfiolkrémeves Levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal Alma			Babgulyás Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyzösszal		
		Energia: 507.83 Kcal / 2,122.73 KJ			Energia: 672.38 Kcal / 2,810.55 KJ			Energia: 765.85 Kcal / 3,201.25 KJ			Energia: 630.62 Kcal / 2,635.99 KJ			Energia: 1,051.90 Kcal / 4,396.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.88 g	21.68 g	4.67 g	24.41 g	26.95 g	6.83 g	51.66 g	33.19 g	8.64 g	28.49 g	26.23 g	8.58 g	27.67 g	30.50 g	5.43 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
55.34 g 12.00 g 2.81 g			84.02 g 11.39 g 4.59 g			53.20 g 0.59 g 4.68 g			68.54 g 2.05 g 2.22 g			164.87 g 54.46 g 2.12 g				
1,3,7,9,(10)			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)				
Uzsonna	Iskola Felső A	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Pizzaszelet			Csoki puding Kifivel			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Sertés Párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 240.95 Kcal / 1,007.17 KJ			Energia: 234.88 Kcal / 981.80 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.09 g	12.08 g	4.38 g	15.74 g	11.09 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	9.26 g	9.91 g	3.75 g	8.06 g	9.33 g	3.45 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
29.27 g 0.00 g 1.40 g			26.13 g 3.03 g 2.02 g			22.80 g 0.00 g 0.41 g			28.59 g 0.00 g 1.07 g			29.60 g 0.00 g 1.17 g				
1,(7)			1,3,7			1,(7)			1,(7)			1,(7)				
Vacsora	Iskola Felső A	Tea Füstölt csirkemellsonka Margarin Zsemle Paradicsom			Tea Soproni felvágott Margarin Félbarna kenyér Kigyóuborka			Tea Ízes sonka Margarin Zsemle Paprika			Tea Sült húskrém Félbarna kenyér Póréhagyma			Tea Körözött Korpás kenyér Paradicsom		
		Energia: 274.96 Kcal / 1,149.33 KJ			Energia: 358.77 Kcal / 1,499.66 KJ			Energia: 295.94 Kcal / 1,237.03 KJ			Energia: 354.13 Kcal / 1,480.26 KJ			Energia: 281.36 Kcal / 1,176.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.23 g	3.28 g	1.31 g	10.52 g	11.92 g	4.78 g	10.43 g	3.34 g	1.30 g	9.04 g	11.58 g	5.07 g	8.70 g	2.78 g	1.27 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
50.95 g 19.98 g 0.76 g			52.07 g 23.84 g 1.33 g			55.80 g 24.98 g 0.76 g			52.96 g 19.99 g 0.23 g			54.95 g 24.98 g 1.11 g				
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,7,10,(12)			1,7				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.
 Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Menü Gilla
 Jó étvágyat kívánunk!
 eatrend.hu
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cseppont szám: 17793408-5-13
 Adószám: 14822221-11-11

Allergén lista (kód-allergén)

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

Élelmezésvetető