


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  <b>Tízórai</b>	<b>Iskola alsó</b>	Karamellás tej Molnárka			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér Alma			Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Félbarna kenyérral			Tej Kalács			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémese Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ			Energia: 336.39 Kcal / 1,406.11 KJ			Energia: 333.05 Kcal / 1,392.15 KJ			Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 340.71 Kcal / 1,424.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		12.39 g	7.99 g	3.69 g	7.63 g	10.00 g	7.99 g	7.80 g	10.47 g	3.82 g	13.87 g	9.31 g	4.23 g	6.84 g	10.67 g	3.00 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	52.91 g	12.00 g	0.75 g	51.57 g	19.98 g	0.25 g	49.51 g	4.20 g	0.90 g	53.81 g	13.99 g	0.61 g		
1,3,7			1,7			1,3,10,(7),(12)			1,3,7			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola alsó</b>	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Panírozott dínó Zöldborsó főzelékkel Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel			Gyömbéres körtekrémleves Müzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Félbarna kenyérral		
		Energia: 601.71 Kcal / 2,515.15 KJ			Energia: 538.87 Kcal / 2,252.48 KJ			Energia: 574.17 Kcal / 2,400.03 KJ			Energia: 580.64 Kcal / 2,427.08 KJ			Energia: 561.73 Kcal / 2,348.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		28.12 g	27.14 g	9.20 g	17.27 g	19.45 g	1.39 g	28.64 g	28.85 g	8.48 g	19.96 g	25.40 g	7.89 g	20.71 g	26.68 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.44 g	2.05 g	2.23 g	74.06 g	12.06 g	2.71 g	49.53 g	0.17 g	3.54 g	66.80 g	11.99 g	2.61 g	58.35 g	0.01 g	3.53 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola alsó</b>	Kenőmájásos Korpás kenyér Kígyóborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Magyaros vajkrémese Korpás zsemle Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			Sajtkrémese rúd Zabrudí		
		Energia: 201.97 Kcal / 844.23 KJ			Energia: 197.16 Kcal / 824.13 KJ			Energia: 218.44 Kcal / 913.08 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		6.90 g	5.81 g	2.24 g	7.13 g	6.00 g	2.41 g	5.56 g	8.44 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 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
30.29 g	3.30 g	0.93 g	28.62 g	0.00 g	0.58 g	29.80 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.26 g	33.28 g	0.00 g	1.69 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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos árúszám: 17789403-5-13  
 Állomány: 27693360-4-13  
 14.