


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

 eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Vaníliás tej Kiflivel			Barackos tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával			Tej Brüsszal		
Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Energia: 315.09 Kcal / 1,317.08 Kj			Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 Kj			Energia: 312.34 Kcal / 1,305.58 Kj			Energia: 341.53 Kcal / 1,427.60 Kj			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.20 g	12.36 g	8.86 g	10.57 g	3.29 g	1.73 g	7.72 g	7.86 g	2.96 g	5.38 g	17.24 g	4.79 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		40.31 g	9.99 g	2.02 g	54.22 g	19.98 g	0.68 g	52.41 g	24.98 g	1.44 g	40.64 g	12.00 g	0.74 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g
			1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7	
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Energia: 457.22 Kcal / 1,911.18 Kj			Energia: 709.62 Kcal / 2,966.21 Kj			Energia: 570.29 Kcal / 2,383.81 Kj			Energia: 663.41 Kcal / 2,773.05 Kj			Energia: 719.02 Kcal / 3,005.50 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.37 g	23.59 g	4.82 g	23.55 g	33.71 g	8.71 g	23.34 g	15.09 g	3.74 g	30.90 g	30.16 g	7.14 g	25.48 g	34.36 g	7.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		70.09 g	0.00 g	3.24 g	77.17 g	0.03 g	3.34 g	84.40 g	15.00 g	1.47 g	66.76 g	0.02 g	1.89 g	75.91 g	4.80 g	4.54 g
			1,7,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)	
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Energia: 182.50 Kcal / 762.85 Kj			Energia: 218.82 Kcal / 914.67 Kj			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 Kj			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 Kj			Energia: 205.54 Kcal / 859.16 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.46 g	13.10 g	3.58 g	8.64 g	6.89 g	7.00 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	11.21 g	3.93 g	5.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		13.48 g	0.00 g	0.79 g	30.50 g	3.30 g	1.24 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	31.28 g	0.00 g	1.40 g
			1,7,(6),(12)			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-csillagfürt	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.
 Csoportvezetőszám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 14.

