


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskola felső	Ivóoghurt Kifli			Ivólé Sütőtökös sajtkrémés Rozskenyér			Ivólé Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal			Ivólé Margarinós Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Ivólé Tonhalkrémés Félbarna kenyér		
		Energia: 189.21 Kcal / 790.90 KJ			Energia: 272.46 Kcal / 1,138.88 KJ			Energia: 220.48 Kcal / 921.61 KJ			Energia: 223.47 Kcal / 934.10 KJ			Energia: 286.48 Kcal / 1,197.49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.20 g	0.42 g	0.23 g	7.16 g	12.98 g	10.61 g	6.88 g	9.23 g	3.32 g	9.48 g	7.74 g	4.29 g	6.90 g	14.17 g	5.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
37.51 g	7.49 g	0.79 g	31.41 g	0.00 g	1.58 g	27.41 g	0.00 g	1.36 g	28.90 g	0.00 g	1.16 g	32.47 g	0.60 g	0.03 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola felső	Erőleves Cérnametélttel Zöldborsófőzelék Fasírttal			Almás-fahéjas szilvaleves Tarhonyás hús Vegyes vágottal			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Póréhagyma krémleves Pírtott kenyérbarkával Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel Alma			Szárzabbaleves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyzösszal Szaloncukor		
		Energia: 796.04 Kcal / 3,327.45 KJ			Energia: 627.06 Kcal / 2,621.11 KJ			Energia: 589.21 Kcal / 2,462.90 KJ			Energia: 704.31 Kcal / 2,944.02 KJ			Energia: 996.04 Kcal / 4,163.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.92 g	42.60 g	8.68 g	23.39 g	25.44 g	3.59 g	27.89 g	26.03 g	8.58 g	48.50 g	27.62 g	5.42 g	21.21 g	27.30 g	4.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
75.57 g	19.98 g	1.86 g	77.18 g	11.39 g	1.61 g	60.04 g	2.05 g	2.21 g	53.40 g	0.31 g	4.91 g	164.65 g	70.44 g	2.04 g		
1,3,7,9			1,3,7,9,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(12)				
Uzsonna	Iskola felső	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Sonkás-sajtos pizaszelet			Puding Kiflivel Mandarín			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: 156.17 Kcal / 652.79 KJ			Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ			Energia: 224.72 Kcal / 939.33 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	4.46 g	0.58 g	0.10 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	8.69 g	7.92 g	3.09 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	32.60 g	0.00 g	0.41 g	28.59 g	0.00 g	1.38 g	29.61 g	0.00 g	1.25 g		
1,(7)			1,3,7			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-kén-dioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó Eatrend Kft!
 2730 Albertirsa, Pesti út 65
 Csoportos adószám: 17783405-5-13
 Adószám: 14893604-13
 Élelmiszevezető