


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskolás alsós 7-10 éves</b>	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Diákcsemegés Rozskenyér Margarinnal Paradicsommal			Tea barackos Házi padlizsánkrémes Zsemle			Citromos tea Majonézes tojáskrémes Rozskenyér			Kakaó Kalács		
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ			Energia: 258.58 Kcal / 1,080.86 KJ			Energia: 335.63 Kcal / 1,402.93 KJ			Energia: 317.45 Kcal / 1,326.94 KJ			Energia: 363.64 Kcal / 1,520.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	8.27 g	6.86 g	6.41 g	5.67 g	15.60 g	5.87 g	7.25 g	10.68 g	6.92 g	13.56 g	9.11 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	40.71 g	12.00 g	1.17 g	42.68 g	13.19 g	0.58 g	48.11 g	19.98 g	1.18 g	56.42 g	13.84 g	0.84 g		
1,7			1,(7)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Iskolás alsós 7-10 éves</b>	Karfiolekrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonya körettel			Paradicsomleves Betűtészta Gyros tál Salátával			Jókai bableves Félbarna kenyérral Prézlis nudli Lekvárral Porcukorral Alma			Csontleves Cénametéllel Burgonyafőzelékkel Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 866.86 Kcal / 3,623.47 KJ			Energia: 584.99 Kcal / 2,445.26 KJ			Energia: 599.74 Kcal / 2,506.91 KJ			Energia: 871.38 Kcal / 3,642.37 KJ			Energia: 438.88 Kcal / 1,834.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		38.11 g	43.92 g	9.76 g	22.46 g	26.59 g	6.90 g	27.39 g	13.87 g	1.84 g	27.90 g	12.26 g	3.15 g	18.66 g	27.56 g	6.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78.98 g	20.29 g	2.01 g	63.23 g	0.03 g	5.11 g	90.67 g	40.40 g	4.52 g	159.44 g	28.72 g	2.55 g	62.75 g	0.02 g	1.19 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskolás alsós 7-10 éves</b>	Turista szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Csokoládékrémes rúd			Szendvics sonkás Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtos rúd			Baromfi párizsis Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 203.31 Kcal / 849.84 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 177.01 Kcal / 739.90 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ			Energia: 200.77 Kcal / 839.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.34 g	6.22 g	2.39 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	9.83 g	2.98 g	1.27 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g	7.41 g	6.02 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.45 g	0.00 g	1.04 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	27.70 g	3.30 g	0.61 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	29.33 g	4.68 g	1.04 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
2730 Albertirsza, Pestli út 65.  
Csoportos adószám: 1783408-5-13  
Adószám: 14893560-4-13  
Élelmiszer-vezető