


Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Iskola (7-10)	Tej Kalács			Mentás limonádé Tonhalkrémés Rozskenyér Paprikával			Karamellás tej Kifli			Barackos tea Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Narancsos limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 318.79 Kcal / 1,332.54 KJ			Energia: 302.39 Kcal / 1,263.99 KJ			Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ			Energia: 291.75 Kcal / 1,219.52 KJ			Energia: 277.60 Kcal / 1,160.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.28 g	8.78 g	4.01 g	6.67 g	13.08 g	7.10 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	8.75 g	9.47 g	3.50 g	8.73 g	9.26 g	7.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46.27 g	3.85 g	0.84 g	38.84 g	9.99 g	0.67 g	45.89 g	12.49 g	0.68 g	42.81 g	17.87 g	0.67 g	39.55 g	10.13 g	1.54 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	Iskola (7-10)	Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacska tésztával			Magyaros burgonyaleves Sült bécsi virsli Lencsefőzelékkel Félbarna kenyér			Csontleves Cénnamétélttel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			BrokkolikréMLEVES Píritott kenyéRKOCKÁCVÁL Csikós tokány Párolt rizszel Alma			Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 710.69 Kcal / 2,970.68 KJ			Energia: 460.54 Kcal / 1,925.06 KJ			Energia: 593.71 Kcal / 2,481.71 KJ			Energia: 797.43 Kcal / 3,333.26 KJ			Energia: 666.19 Kcal / 2,784.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.03 g	35.68 g	9.32 g	26.27 g	26.28 g	7.39 g	20.39 g	24.29 g	6.26 g	23.44 g	37.70 g	9.37 g	36.77 g	26.78 g	9.93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.80 g	0.02 g	1.26 g	63.70 g	1.51 g	2.23 g	72.34 g	15.01 g	2.81 g	89.61 g	0.03 g	2.99 g	69.48 g	0.01 g	6.09 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)				
Uzsonna	Iskola (7-10)	Pulykamell sonkás Rozskenyér Margarinnal Uborkával			Sajtkrémés rúd			Bécsi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Salátalevélel			Zöldfűszeres kockasajtos Korpás kifli			Pizzaszelet		
		Energia: 184.52 Kcal / 771.29 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 226.46 Kcal / 946.60 KJ			Energia: 163.41 Kcal / 683.05 KJ			Energia: 308.27 Kcal / 1,288.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.26 g	3.58 g	5.44 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.35 g	9.16 g	7.33 g	8.51 g	2.92 g	1.24 g	12.63 g	9.88 g	2.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.80 g	3.30 g	1.14 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	27.59 g	0.00 g	1.54 g	25.48 g	0.00 g	0.75 g	42.02 g	0.10 g	1.09 g		
1,(7)			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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pestút 65.
Csoportos előszámla: 183308-5-13
Adószám: 14995604-13
.....
Élelmezésvezető