

## Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap				
<b>eatrend</b>	<b>Reggeli</b>	<b>Felnőtt</b>		Karamellás tej Molnárika			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolirémes Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrémes Félbarna kenyér			Tej Fatörzs kifli			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Mézes Kifli Margarinnal			Tej Kalács		
				Energia: 620.65 Kcal / 2,594.32 KJ			Energia: 518.81 Kcal / 2,168.63 KJ			Energia: 529.41 Kcal / 2,212.93 KJ			Energia: 677.53 Kcal / 2,832.08 KJ			Energia: 644.69 Kcal / 2,694.80 KJ			Energia: 473.82 Kcal / 1,980.57 KJ			Energia: 629.37 Kcal / 2,630.77 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
				21.38 g	14.48 g	6.56 g	13.94 g	18.76 g	17.13 g	13.81 g	11.09 g	4.00 g	24.20 g	17.00 g	7.58 g	12.89 g	21.18 g	6.60 g	7.90 g	4.61 g	2.00 g	24.35 g	17.12 g	7.64 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
100.46 g	29.78 g	1.64 g	72.81 g	12.00 g	1.46 g	92.95 g	29.98 g	0.25 g	106.14 g	21.50 g	1.64 g	99.61 g	42.77 g	0.22 g	99.89 g	54.28 g	0.95 g	93.73 g	8.39 g	1.65 g				
1,3,7			1,7			1,3,10,(7),(12)			1,3,7			1,3,4,7,10			1,(7)			1,3,7						
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt</b>	Őszi zöldségleves Bajor rakott burgonya			Magyaros burgonyaleves Fabricius sertésragu Párolt rizzsel			Erőleves Brassói aprópecsenye Csemege uborkával			Gyömbéres körtekrémleves Müzli szóráttal Jászsági savanyúkáposzta Félbarna kenyérral Szilva			Tojásleves Párolt sertésszelet Kuszkuossal Egres mártással			Sertésraguleves Ízes derelye Porcukorral			Magyaros karalábéleves Sült csirkecomb Tört burgonyával Cékjalálattával				
		Energia: 856.91 Kcal / 3,581.88 KJ			Energia: 1,009.55 Kcal / 4,219.92 KJ			Energia: 1,171.83 Kcal / 4,898.25 KJ			Energia: 811.00 Kcal / 3,389.98 KJ			Energia: 844.03 Kcal / 3,528.05 KJ			Energia: 566.22 Kcal / 2,366.80 KJ			Energia: 883.26 Kcal / 3,692.03 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav		
		30.21 g	44.04 g	14.77 g	39.53 g	47.50 g	12.01 g	32.86 g	70.77 g	15.71 g	30.79 g	33.33 g	12.05 g	35.50 g	25.00 g	7.03 g	17.39 g	28.46 g	4.23 g	61.80 g	33.06 g	6.69 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
83.34 g	0.02 g	14.55 g	104.67 g	0.01 g	7.53 g	97.92 g	0.00 g	11.33 g	95.36 g	15.43 g	3.10 g	117.31 g	39.98 g	6.30 g	54.91 g	15.36 g	3.89 g	83.45 g	8.27 g	6.57 g				
1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,9,15,(12)			1,5,6,7,9,(8),(11),(12)			1,3,7,9,(10)			1,3,7,9			1,3,15,(10),(12)						
<b>Uzsonna</b>	<b>Felnőtt</b>	Korpás kenyér Kenőmájással Uborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			Sajtkrémes rúd Zabrudai			Kakaós csiga			Gyümölcs joghurt Kíffel				
		Energia: 236.66 Kcal / 989.24 KJ			Energia: 218.48 Kcal / 913.25 KJ			Energia: 256.42 Kcal / 1,071.84 KJ			Energia: 276.65 Kcal / 1,156.40 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav		
		8.23 g	8.51 g	3.25 g	8.32 g	7.82 g	3.09 g	5.81 g	12.44 g	5.93 g	13.70 g	13.27 g	7.51 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
31.50 g	3.30 g	1.05 g	28.64 g	0.00 g	0.80 g	30.00 g	0.00 g	0.51 g	25.28 g	0.00 g	1.96 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g				
1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,7			1,7			1,7,(3)			1,7						
<b>Vacsora</b>	<b>Felnőtt</b>	Franciasaláta Fásírttal			Burgonyás tészta Csemege uborkával			Sült bécsi virsli Mustárral Félbarna kenyérral			Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel			Zöldbabfőzelék Sertés aprósüttel Félbarna kenyérral			Barackos tea Fokhagymás felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Kigyóuborkával			Cseresznyés tea Félbarna kenyér Kenőmájással Lilahagymával				
		Energia: 786.17 Kcal / 3,286.19 KJ			Energia: 522.94 Kcal / 2,185.89 KJ			Energia: 360.41 Kcal / 1,506.51 KJ			Energia: 593.98 Kcal / 2,482.84 KJ			Energia: 1,142.21 Kcal / 4,774.44 KJ			Energia: 555.39 Kcal / 2,321.53 KJ			Energia: 587.46 Kcal / 2,455.58 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav		
		25.55 g	54.65 g	13.67 g	16.59 g	13.25 g	1.73 g	27.94 g	27.15 g	9.66 g	26.11 g	23.47 g	9.45 g	41.96 g	53.10 g	13.66 g	14.28 g	17.18 g	6.68 g	17.82 g	12.12 g	4.40 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
46.13 g	5.00 g	3.22 g	83.12 g	0.00 g	4.88 g	69.90 g	2.10 g	0.62 g	68.86 g	0.00 g	1.23 g	124.29 g	30.20 g	1.78 g	85.52 g	34.38 g	3.21 g	100.90 g	29.98 g	0.46 g				
1,3,7,10,15,(12)			1,3,15,(12)			1,10,(12)			1,3,7			1,7,(10)			1,(7)			1,(6),(7),(10)						

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-szezámm	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

**Eatrend Kft.**  
 2150 Albertirsai, Pest út 65.  
 Cégjegyzéki szám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

**Élelmiszervezető**