

## Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat												
<b>eatrend</b>  <b>Ebéd</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Tojásleves  Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel	Vajgaluskaleves  Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral	Korhelyleves Félbarna kenyérral  Tejbedara Kakaó szórattal Mandarin	Paradicsomleves Betűtésztával  Rántott hal szezámagos bundában Burgonyapürével	Téli fűszeres meggyleves  Eatrend burger Sült burgonyával	Magyaros karfiolleves  Pásztor bulgur Vegyesvágottal												
		Energia: 787.41 Kcal / 3,291.37 KJ		Energia: 552.94 Kcal / 2,311.29 KJ		Energia: 1,013.10 Kcal / 4,234.76 KJ		Energia: 963.31 Kcal / 4,026.64 KJ		Energia: 960.92 Kcal / 4,016.65 KJ		Energia: 813.15 Kcal / 3,398.97 KJ							
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		35.17 g	37.07 g	2.18 g	26.02 g	37.59 g	6.46 g	30.27 g	24.83 g	2.62 g	34.01 g	28.41 g	2.64 g	22.87 g	42.40 g	5.86 g	33.90 g	33.89 g	9.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78.90 g	0.01 g	4.02 g	84.36 g	0.02 g	4.48 g	166.14 g	71.43 g	0.95 g	139.79 g	39.96 g	5.94 g	117.82 g	9.30 g	3.92 g	96.05 g	0.01 g	3.78 g		
		1,3,7,9,(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,3,7,(12)	1,3,4,7,9,11	1,3,7,10,11,(6),(8),(12)													
<b>eatrend</b>  <b>Ebéd</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Tojásleves  Hortobágyi rakott tészta	Vajgaluskaleves  Bakonyi sertésragu Párolt rizszel	Korhelyleves Félbarna kenyérral  Zöldborsópörkölt Orsó tésztával Mandarin	Paradicsomleves Betűtésztával  Fokhagymás sertéssült Franciasalátával	Téli fűszeres meggyleves  Cordon bleu Rizi-bizivel	Magyaros karfiolleves  Pásztor bulgur Vegyesvágottal												
		Energia: 610.05 Kcal / 2,550.01 KJ		Energia: 812.87 Kcal / 3,397.80 KJ		Energia: 1,115.40 Kcal / 4,662.37 KJ		Energia: 946.40 Kcal / 3,955.95 KJ		Energia: 1,055.06 Kcal / 4,410.15 KJ		Energia: 813.15 Kcal / 3,398.97 KJ							
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		24.59 g	43.55 g	12.62 g	29.82 g	39.71 g	11.46 g	41.08 g	42.21 g	2.24 g	35.31 g	44.93 g	9.83 g	47.24 g	27.94 g	0.68 g	33.90 g	33.89 g	9.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.25 g	0.10 g	4.24 g	82.99 g	0.02 g	4.29 g	141.02 g	0.00 g	2.35 g	98.36 g	45.19 g	5.67 g	151.53 g	0.00 g	1.00 g	96.05 g	0.01 g	3.78 g		
		1,3,7,9	1,3,7,9	1,3,7,(12)	1,3,7,9,10,15,(12)	1,3,7			1,3,9,15,(10),(12)										

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
 2150 Albertirsa, Pestl út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.  
**Élelmezésvezető**