


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Tej Mézes Margarinos Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Diákcsemegés Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal			Barackos tea Házi padlizsánkrémes Zsemle			Citromos tea Majonézes tojáskrémes Rozskenyér			Kakaó Kalács		
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 Kj			Energia: 246.06 Kcal / 1,028.53 Kj			Energia: 359.64 Kcal / 1,503.30 Kj			Energia: 380.55 Kcal / 1,590.70 Kj			Energia: 383.80 Kcal / 1,604.28 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
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.65 g	6.23 g	2.27 g	5.76 g	18.20 g	6.32 g	8.58 g	15.92 g	9.02 g	14.15 g	9.64 g	4.42 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	40.62 g	12.00 g	1.23 g	42.70 g	13.19 g	0.59 g	50.98 g	19.98 g	1.26 g	59.66 g	14.19 g	0.90 g		
1,7			1,(7)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Paradicsomleves Gyrosos sertéscomb csíkok Fűszeres burgonyával Vitaminsalátával Joghurtos öntettel			Jókai bableves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklekvárral Porcukorral Alma			Csontleves Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 906.54 Kcal / 3,789.34 Kj			Energia: 592.00 Kcal / 2,474.56 Kj			Energia: 632.11 Kcal / 2,642.22 Kj			Energia: 918.73 Kcal / 3,840.29 Kj			Energia: 455.52 Kcal / 1,904.07 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
		38.31 g	47.89 g	9.47 g	22.60 g	26.70 g	6.78 g	27.83 g	14.53 g	9.60 g	29.94 g	12.81 g	3.25 g	19.17 g	27.64 g	6.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79.77 g	22.21 g	2.09 g	64.58 g	0.03 g	5.09 g	96.80 g	32.16 g	6.05 g	167.90 g	28.72 g	2.93 g	66.21 g	0.04 g	2.55 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				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Turista felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Csokoládékrémes rúd			Szendvics sonkás Graham kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtos rúd			Baromfi párizsis Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 246.83 Kcal / 1,031.75 Kj			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 219.84 Kcal / 918.93 Kj			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 Kj			Energia: 222.09 Kcal / 928.34 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
		9.62 g	10.00 g	3.75 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	13.02 g	3.05 g	1.28 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g	8.60 g	7.84 g	3.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.49 g	0.00 g	1.52 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	35.01 g	3.30 g	1.79 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	29.35 g	4.68 g	1.26 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-csillagfürt	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 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 .....8.....  
**Elővezető**