


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Csokis tej Kifli			Barackos tea Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér			Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal			Tej Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 Kj			Energia: 374.48 Kcal / 1,565.33 Kj			Energia: 302.43 Kcal / 1,264.16 Kj			Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 Kj			Energia: 367.81 Kcal / 1,537.45 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.29 g	1.73 g	7.37 g	13.02 g	10.61 g	7.09 g	9.27 g	3.32 g	16.28 g	10.74 g	5.92 g	7.03 g	14.20 g	5.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.22 g	19.98 g	0.68 g	56.40 g	24.98 g	1.58 g	47.41 g	19.99 g	1.36 g	39.50 g	0.00 g	1.43 g	52.46 g	20.58 g	0.03 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Erőleves Zöldborsó főzelék Fasírttal			Almás fahéjas szilvaleves Tarhonyás hús Vegyes vágottal			Póréhagyma krémleves Pírtott kenyérbarkával Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal Alma			Szárzabbaleves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyszósszal		
		Energia: 796.04 Kcal / 3,327.45 Kj			Energia: 627.06 Kcal / 2,621.11 Kj			Energia: 704.31 Kcal / 2,944.02 Kj			Energia: 641.39 Kcal / 2,681.01 Kj			Energia: 996.04 Kcal / 4,163.45 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.92 g	42.60 g	2.94 g	23.39 g	25.44 g	9.55 g	48.50 g	27.62 g	4.78 g	28.49 g	26.63 g	7.75 g	21.21 g	27.30 g	0.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
75.57 g	19.98 g	0.72 g	77.18 g	10.39 g	1.55 g	53.40 g	0.00 g	5.20 g	70.54 g	2.05 g	1.69 g	164.65 g	0.01 g	2.05 g		
1,3,7,9			1,3,7,15,(10),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)				
Uzsonna	Iskola felső 11-14 éves	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Pizzaszelet			Puding Kiflivel			Turista felvágottas Zsemle Margarinnal			Sertés párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 Kj			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 Kj			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 Kj			Energia: 240.95 Kcal / 1,007.17 Kj			Energia: 224.72 Kcal / 939.33 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.09 g	12.08 g	4.38 g	15.74 g	11.09 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	9.26 g	9.91 g	3.75 g	8.69 g	7.92 g	2.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.27 g	0.00 g	1.40 g	26.13 g	3.03 g	2.02 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.59 g	0.00 g	1.07 g	29.61 g	0.00 g	1.03 g		
1,(7)			1,3,7			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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-11
 Adószám: 14893560-4-13
 8.
 Elővezető