

# Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
<b>eatrend</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Karfiolkrémleves Levesgyönggyel			Vajgaluskaleves			Paradicsomleves			Jókai bableves Félbarna kenyérrrel			Csontleves			
		Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Gyrosos sertéssült Steak burgonyával Vitamin salátával Joghurtos öntettel			Morzsás nudli Baracklekvárral Porcukorral Alma			Burgonyafőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérrrel			
		Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ			Energia: 783.76 Kcal / 3,276.12 KJ			Energia: 815.78 Kcal / 3,409.96 KJ			Energia: 1,213.64 Kcal / 5,073.02 KJ			Energia: 617.68 Kcal / 2,581.90 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
		49.04 g	82.22 g	15.19 g	30.41 g	36.05 g	9.37 g	36.24 g	18.98 g	4.81 g	40.47 g	16.79 g	4.34 g	31.26 g	43.37 g	12.28 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
	101.60 g	27.70 g	2.68 g	83.33 g	0.03 g	5.82 g	124.04 g	40.17 g	5.00 g	221.42 g	34.96 g	3.78 g	93.53 g	0.04 g	6.36 g		
	1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,3,7,9,(12)			1,3,7,9				
	<b>Ebéd</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Karfiolkrémleves Levesgyönggyel			Vajgaluskaleves			Paradicsomleves			Jókai bableves Félbarna kenyérrrel			Csontleves		
			Sertéssült Gombamártással Párolt rizzsel			Stefánia vagdalt Burgonyapürével			Rántott sertésszelet szezámos bundában Kukoricás rizzsel			Mákos tészta Alma			Borsos tokány Főtt tésztával		
Energia: 916.71 Kcal / 3,831.85 KJ			Energia: 859.61 Kcal / 3,593.17 KJ			Energia: 1,480.84 Kcal / 6,189.91 KJ			Energia: 1,092.34 Kcal / 4,565.98 KJ			Energia: 759.51 Kcal / 3,174.75 KJ					
Fehérje			Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
46.08 g			37.11 g	7.80 g	33.94 g	41.72 g	12.98 g	42.49 g	66.88 g	1.06 g	39.52 g	28.84 g	6.85 g	32.69 g	33.43 g	9.49 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
99.88 g	0.51 g	3.36 g	85.04 g	0.02 g	6.58 g	175.40 g	39.96 g	4.78 g	167.26 g	20.03 g	2.00 g	81.11 g	0.04 g	5.92 g			
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,9,11			1,3,7,9			1,3,9					

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
 2750 Albertirsa, Pest út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

**Élelmezésvezető**