


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Iskola	Téli varázslat tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával	Tej Kifli	Meggyes tea Teljes kiőrlésű kenyér Vaníliás túrókrémmel	Kakaó Kalács	Citromos tea Majonézés tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával										
		Energia: 384.81 Kcal / 1,608.51 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 261.33 Kcal / 1,092.36 KJ	Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ	Energia: 348.55 Kcal / 1,456.94 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.48 g	10.67 g	3.88 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	8.26 g	2.36 g	0.92 g	14.15 g	9.34 g	4.25 g	5.51 g	14.07 g	5.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.43 g	32.03 g	0.00 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	51.34 g	22.39 g	0.09 g	59.52 g	14.19 g	0.90 g	49.49 g	20.58 g	0.73 g		
1	1,7	1,7,(12)	1,3,7	1,3,4,7,10												
Ebéd	Iskola	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel	Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma	Citromos almaleves Burgonyapüré Stefánia vagdalttal	Tejfölös zöldbabeles Tarhonyáshús Céklasalátával	Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérrrel										
		Energia: 873.48 Kcal / 3,651.15 KJ	Energia: 566.65 Kcal / 2,368.60 KJ	Energia: 701.00 Kcal / 2,930.18 KJ	Energia: 642.58 Kcal / 2,685.98 KJ	Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.21 g	49.51 g	12.16 g	23.17 g	20.37 g	9.53 g	25.15 g	28.22 g	9.12 g	24.83 g	28.63 g	8.09 g	24.51 g	32.81 g	7.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
83.25 g	0.01 g	3.01 g	72.67 g	0.04 g	1.51 g	90.29 g	13.99 g	4.18 g	70.69 g	4.83 g	2.24 g	71.24 g	19.99 g	2.01 g		
1,7,9	1,3,7,9	1,3,7	1,3,7,9,15,(12)	1,3,7,9												
Uzsonna	Iskola	Csokoládékrémes rúd	Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal	Zsemle Sajt szelettel Margarinnal Kígyóuborkával	Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal	Korpás kifli Gyümölcsös joghurttal										
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 277.74 Kcal / 1,160.95 KJ	Energia: 228.55 Kcal / 955.34 KJ	Energia: 204.92 Kcal / 856.57 KJ	Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	10.17 g	11.84 g	4.34 g	10.29 g	7.71 g	4.67 g	11.16 g	3.92 g	5.69 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	32.49 g	0.00 g	2.35 g	29.44 g	3.85 g	0.53 g	31.20 g	0.00 g	1.40 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)	1,(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-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-nyerszerű édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos rendelés szám: 17783408-5-13
Adószám: 14893560-4-13

Élelmezésvezető