


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Középiskola 15-18 éves	Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Vaníliás tej Kíflivel			Barackos tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával			Tej Brióssal		
		Energia: 521.54 Kcal / 2,180.04 KJ			Energia: 423.66 Kcal / 1,770.90 KJ			Energia: 500.52 Kcal / 2,092.17 KJ			Energia: 537.57 Kcal / 2,247.04 KJ			Energia: 395.35 Kcal / 1,652.56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.65 g	18.54 g	15.42 g	16.03 g	4.32 g	2.24 g	12.90 g	12.05 g	4.55 g	9.80 g	24.77 g	7.18 g	15.72 g	10.19 g	4.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.37 g	9.99 g	3.20 g	79.67 g	19.98 g	1.15 g	84.79 g	19.99 g	2.43 g	68.04 g	12.00 g	1.43 g	59.73 g	11.08 g	0.97 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7				
Ebéd	Középiskola 15-18 éves	Tejfölös zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával			Brokkolikrémleves Pirított kenyérkockával Hentes tokány Párolt rizszel			Legényfogó leves Mákos tészta			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Erőleves Levesbetéttel Marhapörkölt Tarhonya körettel Céklasalátával		
		Energia: 705.75 Kcal / 2,950.04 KJ			Energia: 949.65 Kcal / 3,969.54 KJ			Energia: 733.40 Kcal / 3,065.61 KJ			Energia: 935.68 Kcal / 3,911.14 KJ			Energia: 987.88 Kcal / 4,129.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.20 g	35.60 g	9.74 g	33.67 g	47.82 g	2.16 g	30.63 g	22.23 g	4.71 g	43.12 g	40.99 g	1.53 g	36.43 g	48.92 g	9.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.24 g	0.07 g	10.60 g	95.00 g	0.04 g	3.73 g	102.19 g	19.99 g	1.31 g	98.15 g	0.02 g	2.28 g	98.88 g	7.99 g	10.51 g		
1,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Középiskola 15-18 éves	Vajas pogácsa			Diákcsemegés Rozskenyér Margarinnal Uborkával			Sajtkrém rúd			Puding Kíflivel			Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal Salátalevéllel		
		Energia: 365.00 Kcal / 1,525.70 KJ			Energia: 406.25 Kcal / 1,698.13 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 218.56 Kcal / 913.58 KJ			Energia: 388.75 Kcal / 1,624.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.92 g	26.20 g	0.00 g	15.56 g	11.24 g	12.20 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	7.52 g	0.56 g	0.20 g	19.01 g	7.30 g	11.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26.96 g	0.00 g	0.00 g	60.62 g	0.00 g	2.00 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	45.60 g	0.00 g	0.82 g	61.69 g	0.00 g	2.37 g		
1,7,(6),(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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Alföldcsanak, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 17783408-5-13

Élelmézszevető