


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	(00030) Középiskola A	Csokis tej Kifli			Narancslé Sütőtökös sajtkrém Rozskenyér			Csipkebogyós tea Kolbász karikás Korpás kenyér Margarinnal			Tej Sajt szeletes Korpás kenyér Margarinnal Paradicsom			Citromos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér		
		Energia: 523.55 Kcal / 2,188.44 Kj			Energia: 436.87 Kcal / 1,826.12 Kj			Energia: 461.16 Kcal / 1,927.65 Kj			Energia: 649.17 Kcal / 2,713.53 Kj			Energia: 603.87 Kcal / 2,524.18 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.22 g	9.56 g	4.32 g	13.94 g	14.01 g	10.48 g	11.68 g	9.91 g	3.72 g	32.02 g	26.47 g	13.38 g	13.59 g	18.80 g	7.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88.72 g	19.98 g	1.17 g	63.10 g	3.60 g	1.72 g	81.04 g	24.98 g	2.08 g	70.33 g	0.00 g	3.57 g	94.19 g	30.78 g	0.04 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	(00030) Középiskola A	Erőleves Cérumetéllel Zöldborsó főzelék Fairttal			Almás szilvaleves Tarhonyás hús Vegyes vágott			Póréhagymakrém leves pirított kernyérkockával Narancsos csirkecomb Párolt rizszel Párolt zöldséggel			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal Alma			Szárzabbaleves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyszósszal		
		Energia: 814.96 Kcal / 3,406.53 Kj			Energia: 589.25 Kcal / 2,463.07 Kj			Energia: 948.13 Kcal / 3,963.18 Kj			Energia: 884.86 Kcal / 3,698.71 Kj			Energia: 1,438.97 Kcal / 6,014.89 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		35.49 g	29.39 g	6.66 g	17.84 g	11.98 g	10.91 g	67.08 g	41.34 g	10.80 g	38.95 g	43.39 g	13.58 g	40.28 g	37.19 g	7.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
113.16 g	15.00 g	8.95 g	104.53 g	12.69 g	5.56 g	63.60 g	1.03 g	6.38 g	82.69 g	5.08 g	3.14 g	233.49 g	92.92 g	3.39 g		
1,3,7,9,(10)			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	(00030) Középiskola A	Citromos tea Teljes kiörlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Pizza szelet			Csoki puding Kiflivel			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal					
		Energia: 508.76 Kcal / 2,126.62 Kj			Energia: 1,007.34 Kcal / 4,210.68 Kj			Energia: 642.52 Kcal / 2,685.73 Kj			Energia: 811.48 Kcal / 3,391.99 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		7.30 g	9.61 g	1.85 g	24.10 g	60.95 g	13.06 g	29.29 g	13.45 g	6.87 g	23.97 g	27.21 g	12.33 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
97.53 g	29.98 g	3.12 g	88.51 g	30.98 g	3.15 g	100.20 g	32.60 g	2.14 g	116.63 g	30.38 g	2.79 g					
1			1,3,7,10,(12)			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 | Quadro Byte Zr | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2740 Albertirózsa, Tisza 91.65.
Csepelutca utca szám: 1723298-B-13
Értéktárolási kód: 15

2024.12.04. 10:18:00 QB Élelem