


Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Középiskola A 15-18 éves	Vaníliás tej Molnárka Soproni felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paradicsommal			Limonádé Házi padlizsánkrémes Zsemle Turista felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Citromos tea Snidlinges sajtkrémes Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös limonádé Vaníliás táska Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Tej Gabonagolyó Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal		
		Energia: 635.54 Kcal / 2,656.56 KJ			Energia: 503.27 Kcal / 2,103.67 KJ			Energia: 561.05 Kcal / 2,345.19 KJ			Energia: 630.35 Kcal / 2,634.86 KJ			Energia: 442.69 Kcal / 1,850.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.10 g	18.03 g	11.82 g	14.25 g	17.68 g	6.87 g	14.10 g	15.32 g	7.41 g	21.03 g	32.75 g	16.66 g	25.39 g	7.10 g	3.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.66 g	22.38 g	2.56 g	70.97 g	9.99 g	1.02 g	91.10 g	29.98 g	0.77 g	62.29 g	13.11 g	2.55 g	68.98 g	0.00 g	1.89 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7			1,7,(3),(6),(12)			1,7,(3),(5)				
Ebéd	Középiskola A 15-18 éves	Burgonyakrémes Kolbász morzsával Mézes mustáros sertésragu Párolt rizszel			Kerti zöldségleves Burgonyafőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Magyaros sertésraguleves Csokis gombóc Porcukor szórral Szilva			Daragaluska leves Paprikás burgonya Félbarna kenyérral Vitaminalátával			Zellerkrémes Pirított kenyérkockával Olaszos rakott tészta		
		Energia: 1,156.54 Kcal / 4,834.34 KJ			Energia: 953.69 Kcal / 3,986.42 KJ			Energia: 1,351.74 Kcal / 5,650.27 KJ			Energia: 909.88 Kcal / 3,803.30 KJ			Energia: 1,129.81 Kcal / 4,722.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34.79 g	57.04 g	13.10 g	32.24 g	44.89 g	10.80 g	38.54 g	61.29 g	19.23 g	31.45 g	32.69 g	9.34 g	46.86 g	53.26 g	15.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
124.76 g	4.10 g	5.53 g	103.38 g	0.02 g	2.94 g	159.65 g	54.96 g	13.63 g	120.45 g	8.04 g	8.61 g	113.98 g	1.17 g	5.60 g		
1,7,9,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9,(3),(6),(12)			1,3,9			1,3,7,9				
Vacsora	Középiskola A 15-18 éves	Barackos tea Kolozsvári szalonna Főtt tojással Főtt burgonyával Félbarna kenyérral Lilahagymával			Meggyes tea Szalonnás kenyérlángos			Almás-fahéjas tea Tavaszi rizseshús			Cseresznyés tea Pizzaszelet					
		Energia: 1,650.84 Kcal / 6,900.51 KJ			Energia: 540.48 Kcal / 2,259.21 KJ			Energia: 894.12 Kcal / 3,737.42 KJ			Energia: 680.17 Kcal / 2,843.11 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		40.35 g	98.99 g	36.09 g	17.03 g	9.85 g	2.74 g	26.59 g	33.68 g	9.62 g	33.53 g	19.39 g	8.74 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
146.55 g	29.98 g	5.50 g	95.29 g	20.69 g	1.64 g	115.40 g	48.07 g	0.83 g	92.35 g	36.04 g	3.77 g					
1,3			1,7			9,(1)			1,3,7							

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.
273 Albertirsa, Peati út 65
Csoportos száma: 1778408-6-13
Adószám: 14893500-4-18
20.