


Heti étlap 2024.09.30. - 2024.10.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskola A menü 15-18 éves	Tejeskávé Kifli Zala felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Limonádé Körözöttes Rozskenyér Paradicsommal Vaníliás táska			Barackos tea Snidlinges sajtkrémes Korpás kenyér Csirkemellsonkás Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sonkakrémes Félbarna kenyér Müzliszelet			Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér Kolbászkrémes Rozskenyér Paprikával		
		Energia: 520.81 Kcal / 2,176.99 Kj			Energia: 595.93 Kcal / 2,490.99 Kj			Energia: 500.08 Kcal / 2,090.33 Kj			Energia: 573.87 Kcal / 2,398.78 Kj			Energia: 613.52 Kcal / 2,564.51 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.09 g	9.86 g	4.40 g	20.62 g	29.27 g	15.47 g	12.84 g	11.07 g	5.45 g	17.63 g	15.06 g	7.17 g	22.94 g	19.10 g	10.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86.51 g	17.98 g	1.21 g	61.40 g	9.99 g	2.34 g	86.75 g	19.99 g	2.13 g	91.28 g	15.00 g	0.46 g	86.75 g	9.60 g	1.15 g		
1,7			1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,7,(3),(5),(6),(8),(10),(11),(12)			1,5,6,7,8				
Ebéd	Középiskola A menü 15-18 éves	Legényfogyó leves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Tojásleves Finomfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Tárkonyos sertésraguleves Tejbedara Kakaó szóráttal Alma			Paradicsomleves Stroganoff sertésragu Párolt rizszel			Kertészleves Székelykáposzta Félbarna kenyérral		
		Energia: 716.21 Kcal / 2,993.76 Kj			Energia: 503.20 Kcal / 2,103.38 Kj			Energia: 795.94 Kcal / 3,327.03 Kj			Energia: 973.83 Kcal / 4,070.61 Kj			Energia: 614.96 Kcal / 2,570.53 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		31.87 g	22.78 g	4.12 g	32.91 g	39.84 g	11.48 g	26.53 g	16.06 g	5.55 g	29.25 g	32.91 g	9.11 g	28.79 g	32.24 g	9.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.85 g	0.01 g	5.97 g	71.68 g	4.01 g	6.05 g	136.25 g	71.46 g	2.56 g	138.92 g	39.96 g	7.93 g	51.68 g	0.02 g	2.67 g		
1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,10,15,(12)			1,7,9,(12)				
Vacsora	Középiskola A menü 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Orosz hússaláta Félbarna kenyérral			Barackos tea Sült kolbász Félbarna kenyérral Mustárral			Citromos tea Zöldséges csirkeragu Párolt rizszel			Cseresznyés tea Sajtos tejfölös tészta					
		Energia: 1,112.44 Kcal / 4,650.00 Kj			Energia: 1,002.48 Kcal / 4,190.37 Kj			Energia: 696.37 Kcal / 2,910.83 Kj			Energia: 740.63 Kcal / 3,095.83 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		40.84 g	39.13 g	9.37 g	40.82 g	54.47 g	18.36 g	29.80 g	15.27 g	1.76 g	26.64 g	29.74 g	13.48 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
145.50 g	53.18 g	1.90 g	86.32 g	16.59 g	3.93 g	105.06 g	19.99 g	3.16 g	90.61 g	29.98 g	1.60 g					
1,3,7,10,15,(12)			1,10,(12)			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 adószám: 17783408-6-13
 Adószám: 14892509-4-18
 20.