


Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Középiskola A 15-18 éves	Csipkebogyós tea Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal Paradicsommal Zsíros kenyér Lilahagymával			Tej Varázs szívószállal Kiflivel Soproni felvágottas Rozskenyér Sajt szelettel Margarinnal			Citromos tea Makói sült hagymakrém Rozskenyér Sajtos rúd			Tejeskávé Kaláccsal Tavaszi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Barackos tea Sokmagvas sajtkrém Korpás kenyér Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 580.25 Kcal / 2,425.45 KJ			Energia: 606.83 Kcal / 2,536.55 KJ			Energia: 452.87 Kcal / 1,893.00 KJ			Energia: 684.02 Kcal / 2,859.20 KJ			Energia: 563.15 Kcal / 2,353.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		14.21 g	19.67 g	11.55 g	29.75 g	25.01 g	15.69 g	11.73 g	10.21 g	10.25 g	25.82 g	18.53 g	8.07 g	13.86 g	16.27 g	7.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
85.96 g	24.98 g	1.68 g	71.67 g	5.02 g	3.66 g	78.04 g	29.98 g	1.97 g	102.89 g	24.38 g	1.77 g	89.74 g	30.01 g	1.40 g		
1,(7)			1,6,7			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,3,7			1,7,11				
Ebéd	Középiskola A 15-18 éves	Daragaluska leves Vadas pulykaragu Bulgurral			Olaszos paradicsomleves Zöldséges rizseshús Káposztasalátával			Szárzabbaleves Csokoládés gombóc Porcukorral Alma			Télváró fahéjas almaleves Rántott csirkemell corn flakes bundában Petrezselymes törtburgonyával			Tárkonyos zöldségleves Parajfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral		
		Energia: 1,122.93 Kcal / 4,693.85 KJ			Energia: 1,298.17 Kcal / 5,426.35 KJ			Energia: 1,427.72 Kcal / 5,967.87 KJ			Energia: 1,144.71 Kcal / 4,784.89 KJ			Energia: 831.52 Kcal / 3,475.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		57.52 g	44.54 g	1.70 g	34.06 g	47.15 g	8.17 g	35.26 g	62.02 g	18.60 g	38.98 g	60.37 g	1.39 g	36.36 g	39.66 g	9.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
127.62 g	16.01 g	3.47 g	177.59 g	5.99 g	4.74 g	179.83 g	54.96 g	13.54 g	116.20 g	19.98 g	1.03 g	81.63 g	0.02 g	4.59 g		
1,3,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9,(3),(6),(12)			1,3,7			1,3,7,9				
Vacsora	Középiskola A 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Sonkás kenyérlángos			Barackos tea Sertéspaprikás Galuskával Csemege uborkával			Gyümölcsle Gyros tál			Meggyes tea Sajtos-tejfölös tészta					
		Energia: 663.16 Kcal / 2,772.01 KJ			Energia: 1,143.65 Kcal / 4,780.46 KJ			Energia: 880.40 Kcal / 3,680.07 KJ			Energia: 738.92 Kcal / 3,088.69 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav			
		17.14 g	10.14 g	2.83 g	35.99 g	53.29 g	13.47 g	33.04 g	40.38 g	8.97 g	28.21 g	30.22 g	13.57 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
123.46 g	48.77 g	2.07 g	128.50 g	29.98 g	6.69 g	94.85 g	20.07 g	4.74 g	87.55 g	19.99 g	1.67 g					
1,7			1,3,7,15,(12)			7,9,(1),(10)			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.
2730 Albertirsa, Peati út 65.
Csoportos adószám: 1778740815-13
Adószám: 14894500-4-11
20.