


Heti étlap 2024.06.03. - 2024.06.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsós	Ivólé Baracklekvár Félbarna kenyérrrel Margarinnal			Ivólé Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle Uborkával			Ivólé Tonhalkrémes Félbarna kenyér Paradicsommal			Ivólé Sajt szelet Margarinnal Rozskenyérrrel Salátalevéllal			Ivóoghurt Kiflivel		
		Energia: 327.35 Kcal / 1,368.32 Kj			Energia: 258.68 Kcal / 1,081.28 Kj			Energia: 363.96 Kcal / 1,521.35 Kj			Energia: 288.80 Kcal / 1,207.18 Kj			Energia: 296.86 Kcal / 1,240.87 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.78 g	5.60 g	2.71 g	6.13 g	8.12 g	4.93 g	7.15 g	12.67 g	3.15 g	11.42 g	8.43 g	8.80 g	10.57 g	3.28 g	1.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
56.24 g	12.46 g	0.33 g	39.69 g	13.29 g	0.31 g	54.78 g	21.98 g	0.03 g	41.50 g	10.13 g	1.16 g	55.91 g	20.03 g	0.68 g		
1,7,(12)			1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,7				
Ebéd	Iskola alsós	Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Tejbedara Kakaó szóráttal Alma			Daragaluska leves Zöldborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Zellerkrémleves Pírott kenyérkockával Olaszos rakott tészta			Tárkonyos zöldségleves Paprikás burgonya Csemege uborkával			Tojásleves Sajtos-tejszínes sertésragu Petrezselymes rizzsel		
		Energia: 711.89 Kcal / 2,975.70 Kj			Energia: 781.12 Kcal / 3,265.08 Kj			Energia: 598.24 Kcal / 2,500.64 Kj			Energia: 336.00 Kcal / 1,404.48 Kj			Energia: 784.76 Kcal / 3,280.30 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26.16 g	15.51 g	5.06 g	30.86 g	35.12 g	8.02 g	25.65 g	21.49 g	7.75 g	15.19 g	19.11 g	5.24 g	29.53 g	40.42 g	13.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
116.20 g	38.70 g	1.68 g	85.83 g	12.00 g	3.17 g	74.49 g	0.72 g	1.96 g	53.91 g	0.04 g	3.92 g	76.01 g	0.01 g	3.62 g		
1,7,9			1,3,7,9			1,7,9,(3)			1,7,9,15,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola alsós	Toast felvágott Margarinnal Korpás zsemelével Jégcsapretekkel			Diákcsemege Margarinnal Korpás kenyérrrel			Csirkemell sonkás Zsemle Margarinnal			Sajtos pogácsa Nektarin			Turista felvágott Margarinnal Korpás kenyérrrel Paprikával		
		Energia: 189.46 Kcal / 791.94 Kj			Energia: 189.89 Kcal / 793.74 Kj			Energia: 176.01 Kcal / 735.72 Kj			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 Kj			Energia: 210.28 Kcal / 878.97 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.55 g	3.80 g	1.53 g	6.22 g	6.14 g	2.26 g	8.10 g	2.91 g	1.21 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	7.34 g	7.49 g	2.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.37 g	4.68 g	0.80 g	27.41 g	0.00 g	1.23 g	29.34 g	0.00 g	0.55 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.32 g	0.00 g	1.39 g		
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,3,7			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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Eatrend Kft.
 Jó étvágyat kívánunk!
 2730 Albertirsa, Pestúti 65
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 1483360-4-13
 Elemzésvezető 14.