

Heti étlap 2024.12.09. - 2024.12.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
eatrend	Tízórai	Iskola felső																	
		Maci kávé Molnárika			Almás-fahéjas tea Körözöttes Korpás zsemle			Citromos tea Hot-dog Ketchuppall			Tej Varázs szívószál Kifli			Barackos tea Padlizsánkrémes Félbarna kenyér Zabrudí			Meggyes tea Áfonyalekváros Rozskenyér Margarinnal		
		Energia: 348.92 Kcal / 1,458.49 KJ			Energia: 314.21 Kcal / 1,313.40 KJ			Energia: 212.31 Kcal / 887.46 KJ			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 390.15 Kcal / 1,630.83 KJ			Energia: 305.87 Kcal / 1,278.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.40 g	7.99 g	3.69 g	9.21 g	2.72 g	1.39 g	11.81 g	12.39 g	4.70 g	11.27 g	3.54 g	1.89 g	6.91 g	14.31 g	5.65 g	6.27 g	3.11 g	5.42 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
56.44 g	18.38 g	0.89 g	62.00 g	32.03 g	0.92 g	47.71 g	22.78 g	1.06 g	38.62 g	5.02 g	0.76 g	57.88 g	25.58 g	0.51 g	62.84 g	30.85 g	0.77 g		
1,3,7			1,7			1,7			1,6,7			1,3,7,10,(12)			1,(7),(12)				
Ebéd	Iskola felső	Iskola felső																	
		Édesburgonya- krémleves Pírtott tökmaggal Bakonyi sertésragu Szarvacska tésztával			Csontleves Cérnametélttel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Zselici húsos leves Palacsinta Vaníliaöntettel			Magyaros burgonyaleves Tejfölös Zöldbabfőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel Alma			Karamellás körtekrémleves Göngyölt sertés szelet Eatrend módra Aszalt paradicsomos rizszel			Sajtgaluska leves Slambuc Káposztasalátával		
		Energia: 750.51 Kcal / 3,137.13 KJ			Energia: 682.15 Kcal / 2,851.39 KJ			Energia: 217.38 Kcal / 908.65 KJ			Energia: 582.58 Kcal / 2,435.18 KJ			Energia: 682.41 Kcal / 2,852.47 KJ			Energia: 630.87 Kcal / 2,637.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31.77 g	36.96 g	9.03 g	23.79 g	24.71 g	6.36 g	14.39 g	5.49 g	2.13 g	21.43 g	27.52 g	7.50 g	24.81 g	18.75 g	4.87 g	24.72 g	30.12 g	8.70 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
71.84 g	0.05 g	2.24 g	90.03 g	15.03 g	2.99 g	27.69 g	5.50 g	0.69 g	60.75 g	0.01 g	3.72 g	102.96 g	15.98 g	2.37 g	79.16 g	8.05 g	4.45 g		
1,3,7,9			1,3,9			1,7,9			1,7,9			1,3,7			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola felső	Iskola felső																	
		Sertés párizsis Rozskenyér Margarinnal Paprika			Gesztenyész rúd			Mátrai diákcsemegés Korpás kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Kakaós csiga			Kockasajt Kifli			Füstölt sajtkrém Zsemlével Paprikával		
		Energia: 242.58 Kcal / 1,013.98 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 174.49 Kcal / 729.37 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ			Energia: 256.85 Kcal / 1,073.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.05 g	8.65 g	7.48 g	1.40 g	4.65 g	0.92 g	7.47 g	3.63 g	1.59 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g	7.10 g	11.85 g	6.93 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
31.05 g	0.00 g	1.44 g	25.55 g	16.58 g	0.05 g	27.99 g	3.85 g	1.26 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g	30.14 g	0.00 g	0.43 g		
1,(7)			6,(5),(8)			1,(7)			1,7,(3)			1,7			1,7				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.  
Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto:minosegbiztositas@eatrend.hu); 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- |          |                |         |                 |                            |               |
|----------|----------------|---------|-----------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal          | 7-tej   | 10-mustár       | 13-csillagfűrt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-dió   | 11-szezám       | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zelle | 12-kéndioxid-sz | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Oldalak

1/ 1