


Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Csokis tej Briós		Barackos tea Kolbászkrémes Rozskenyér		Citromos tea Körözöttes Félbarna kenyér Paradicsommal		Gyümölcsle Majorannás kenőmájasos Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborkával		Tej Zöldfűszeres vajkrémes Korpás zsemle						
		Energia: 317.84 Kcal / 1,328.57 Kj		Energia: 317.19 Kcal / 1,325.85 Kj		Energia: 272.46 Kcal / 1,138.88 Kj		Energia: 229.35 Kcal / 958.68 Kj		Energia: 309.62 Kcal / 1,294.21 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.42 g	6.23 g	2.95 g	7.34 g	8.55 g	8.00 g	8.94 g	2.31 g	1.07 g	8.65 g	6.21 g	2.29 g	12.00 g	11.35 g	5.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.66 g	25.52 g	0.59 g	52.27 g	21.98 g	0.81 g	53.60 g	19.98 g	0.31 g	34.19 g	6.18 g	0.32 g	39.50 g	0.00 g	0.78 g		
1,3,7		1,7		1,7		1,(6),(7),(10)		1,7								
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Cheddaros sajtkrémléves Nachossal Csopaki sertésragu Párolt rizszel		Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Csokis banános zabkása Meggyraguval		Zöldborsóleves Halpaprikás Szarvacsksa tésztaival Körte		Brokkolikrémléves Kölesgolyóval Rakott burgonya Céklasalátával		Csontleves Székely húsgombóc Tejföllel Félbarna kenyérral						
		Energia: 754.39 Kcal / 3,153.35 Kj		Energia: 420.32 Kcal / 1,756.94 Kj		Energia: 649.88 Kcal / 2,716.50 Kj		Energia: 535.46 Kcal / 2,238.22 Kj		Energia: 539.57 Kcal / 2,255.40 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.38 g	38.49 g	12.78 g	26.05 g	14.45 g	4.06 g	27.72 g	22.52 g	5.01 g	23.87 g	30.58 g	9.70 g	22.91 g	25.86 g	10.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.93 g	0.05 g	2.27 g	85.19 g	15.98 g	1.13 g	83.05 g	0.05 g	3.70 g	74.95 g	4.87 g	8.06 g	53.30 g	0.05 g	4.26 g		
1,7,9,(3),(6),(10),(11)		1,7		1,3,4,7,9		1,3,7,9,15,(12)		1,3,7,9,(12)								
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Olasz felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával		Sajtos pogácsa		Turista felvágottas Korpás zsemle Margarinnal		Mogyorókrémes Kifli		Rácsos túsós táska Alma						
		Energia: 232.15 Kcal / 970.39 Kj		Energia: 182.52 Kcal / 762.93 Kj		Energia: 211.94 Kcal / 885.91 Kj		Energia: 216.39 Kcal / 904.51 Kj		Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.66 g	8.98 g	3.23 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	7.74 g	7.39 g	2.84 g	5.06 g	6.48 g	0.23 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.09 g	0.00 g	0.98 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	1.20 g	34.20 g	9.60 g	0.41 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g		
1,(7)		1,3,7		1,(7)		1,5,6,7,8		1,3,6,7,(8),(11),(12)								

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-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cseportos adószám: 17783403-5-13
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető