


Heti étlap 2024.04.08 - 2024.04.12

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Kakaó Briós			Barackos tea Majonézes tonhalkrémés Graham kenyér Uborkával			Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával			Tej Sajtos pogácsa			Citromos tea Olasz felvágottas Margarinos Korpás kenyér Paradicsommal		
		Energia: 278.92 Kcal / 1,165.89 Kj			Energia: 422.54 Kcal / 1,766.22 Kj			Energia: 332.86 Kcal / 1,391.35 Kj			Energia: 279.58 Kcal / 1,168.64 Kj			Energia: 334.70 Kcal / 1,399.05 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.69 g	6.55 g	3.14 g	7.52 g	17.43 g	5.01 g	6.43 g	10.66 g	3.88 g	9.26 g	16.10 g	5.21 g	8.48 g	11.69 g	4.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.99 g	15.53 g	0.59 g	58.27 g	28.28 g	1.08 g	52.33 g	19.99 g	0.00 g	24.08 g	0.00 g	1.06 g	48.64 g	19.98 g	2.02 g		
1,3,7		1,3,4,7,10			1			1,3,7			1,(7)					
Ebéd A menü	Iskola felsős 11-14 éves	Húsgaluska leves Grízes tészta Lekvárral Porcukorral Alma			Lebbensleves Tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Pusztapörkölt burgonyával Csemegeuborkával			Lencsegulyás Félbarna kenyérral Káposztás tészta Porcukorral			Erőleves Párolt sertésszelet Párolt rizszel Pírtott darával Meggymártással		
		Energia: 650.14 Kcal / 2,717.59 Kj			Energia: 730.42 Kcal / 3,053.16 Kj			Energia: 687.06 Kcal / 2,871.91 Kj			Energia: 686.28 Kcal / 2,868.65 Kj			Energia: 840.06 Kcal / 3,511.45 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.38 g	9.16 g	1.88 g	23.15 g	35.90 g	9.09 g	21.36 g	37.63 g	9.14 g	27.87 g	16.18 g	3.57 g	26.79 g	26.93 g	5.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
123.49 g	28.69 g	1.94 g	77.52 g	9.01 g	5.27 g	64.73 g	0.01 g	4.62 g	106.43 g	13.99 g	1.84 g	120.64 g	12.00 g	3.19 g		
1,3,9,(12)		1,3,7,9			1,7,15,(12)			1,7,10,(3),(12)			1,3,7,9,(10)					
Ebéd B menü	Iskola felsős 11-14 éves	Lebbensleves Dubarry csirkemell Petrezselymes rizszel			Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Rakott kelkáposzta			Lencsegulyás Félbarna kenyérral Sonkás-sajtos rakott tészta			Erőleves Rántott csirkemell Burgonyapürével					
		Energia: 721.00 Kcal / 3,013.78 Kj			Energia: 720.82 Kcal / 3,013.03 Kj			Energia: 839.56 Kcal / 3,509.36 Kj			Energia: 868.66 Kcal / 3,631.00 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		33.91 g	25.41 g	1.63 g	26.48 g	36.51 g	9.15 g	44.98 g	32.50 g	4.93 g	28.43 g	49.75 g	5.59 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
89.39 g	0.02 g	5.64 g	71.24 g	0.00 g	3.64 g	91.92 g	0.00 g	1.57 g	75.01 g	0.00 g	2.97 g					
1,7,9,(3)		1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9								
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Diákcsemegés Margarinos Korpás zsemle Jégcsapretekkel			Kakaós csiga			Májusi csemegés Margarinos Korpás zsemle			Sertés párizsis Margarinos Rozskenyér Uborkával			Kifli Zöldfűszeres kockasajttal Mandarin		
		Energia: 213.17 Kcal / 891.05 Kj			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 Kj			Energia: 211.94 Kcal / 885.91 Kj			Energia: 239.25 Kcal / 1,000.07 Kj			Energia: 184.04 Kcal / 769.29 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.13 g	6.77 g	2.69 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	7.74 g	7.39 g	2.84 g	9.93 g	8.57 g	7.70 g	10.10 g	4.58 g	2.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.00 g	4.68 g	1.14 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	28.56 g	0.00 g	1.20 g	30.51 g	3.30 g	1.45 g	25.20 g	0.00 g	0.79 g		
1,(7)		1,7,(3)			1,(7)			1,(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-szulfid | 15-mesterséges élesztőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Cseportos adószám: 17783408-5-11-
 Adószám: 26215833-4-11-
 Élelmézszevezo