


Heti étlap 2024.03.18. - 2024.03.22.

 Ebéd		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Lebbencsleves Budapest sertésragu Párolt rizzzsel			Májgaluska leves Székelykáposzta Félbarna kenyérrrel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrrel Grízes tészta Baracklevárral Porcukorral Alma			Sütőtök krémleves Levesgyönggyel Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Céklasalátával			Tárkonyos zöldségleves Spenótos-csirkes rakott tészta		
Középiskolás 15-18 éves A menü		Energia: 960.85 Kcal / 4,016.35 KJ			Energia: 942.43 Kcal / 3,939.36 KJ			Energia: 994.22 Kcal / 4,155.84 KJ			Energia: 984.16 Kcal / 4,113.79 KJ			Energia: 812.26 Kcal / 3,395.25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30.76 g	45.30 g	9.74 g	34.78 g	60.54 g	25.17 g	32.81 g	17.57 g	2.92 g	62.56 g	32.87 g	7.04 g	52.74 g	27.29 g	10.09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		106.15 g	0.02 g	8.81 g	63.87 g	0.01 g	3.90 g	174.24 g	28.68 g	1.33 g	108.63 g	18.47 g	7.41 g	88.33 g	0.02 g	4.73 g
		1,9,(3)			1,3,7,9,(12)			1,(3),(12)			1,3,7,15,(10),(12)			1,7,9,(3)		
Ebéd		Lebbencsleves Sárgaborsófőzelék Sült debrecenivel Félbarna kenyérrrel			Májgaluska leves Bakonyi sertésragu Párolt rizzzsel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrrel Sajtos tejfölös tészta Alma			Sütőtök krémleves Levesgyönggyel Fokhagymás sertéssült Hagymás törtburgonyával			Tárkonyos zöldségleves Zúza pörkölt Főtt tésztával		
		Energia: 1,041.24 Kcal / 4,352.38 KJ			Energia: 801.63 Kcal / 3,350.81 KJ			Energia: 1,028.87 Kcal / 4,300.68 KJ			Energia: 732.82 Kcal / 3,063.19 KJ			Energia: 585.62 Kcal / 2,447.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		43.21 g	51.33 g	15.05 g	34.24 g	37.20 g	5.17 g	42.93 g	38.37 g	15.15 g	32.24 g	23.73 g	13.58 g	33.78 g	9.88 g	1.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
100.17 g	0.02 g	8.56 g	83.08 g	0.05 g	3.10 g	125.99 g	0.00 g	2.23 g	96.00 g	10.48 g	6.30 g	90.03 g	0.02 g	2.44 g		
		1,9,(3)			1,3,7,9			1,7,(3)			1,3,7,(10)			1,7,9,(3)		

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, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 14892500-4-18
 20.