



eatrend

Reggeli

Középszikolás
15-18 éves

Heti étlap 2024.03.25. - 2024.03.29.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
	Tej Kalács Tavaszi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával	Erdei gyümölcsös tea Meggyes táska Félbarna kenyérrrel Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal Paradicsommal	Karamellás tej Kifli Szendvics sonkás Korpás kenyér Margarinnal Uborkával	SZÜNET	ÜNNEPNAP
	Energia: 1,029.34 Kcal / 4,302.64 KJ Fehérje 38.91 g Zsír 27.51 g T.Zsír 11.60 g Szénhidrát 2.44 g Cukor 8.39 g Só 2.44 g	Energia: 1,457.73 Kcal / 6,093.31 KJ Fehérje 33.17 g Zsír 51.71 g T.Zsír 15.40 g Szénhidrát 2.39 g Cukor 48.32 g Só 2.39 g	Energia: 813.96 Kcal / 3,402.35 KJ Fehérje 34.88 g Zsír 10.38 g T.Zsír 4.95 g Szénhidrát 3.67 g Cukor 29.38 g Só 3.67 g	Energia: 986.12 Kcal / 4,163.78 KJ Fehérje 26.74 g Zsír 31.15 g T.Zsír 13.67 g Szénhidrát 34.38 g Cukor 151.29 g Só 1.96 g	
	1,3,7	1,7,(3),(6),(12)	1,7	1,7,(10)	
	Frankfurti leves Dejós tészta Porcukorral Narancs	Húsgaluskaleves Lencsefőzelék Vagdalttal Félbarna kenyérrrel	Meggyes almaleves Rántott halfilé Burgonyapürével		
	Energia: 768.02 Kcal / 3,210.32 KJ Fehérje 23.13 g Zsír 19.39 g T.Zsír 4.25 g Szénhidrát 31.02 g Cukor 2.52 g Só 3.90 g	Energia: 1,064.39 Kcal / 4,449.15 KJ Fehérje 47.33 g Zsír 48.95 g T.Zsír 13.75 g Szénhidrát 6.00 g Cukor 3.90 g Só 6.00 g	Energia: 1,079.86 Kcal / 4,513.81 KJ Fehérje 33.36 g Zsír 56.95 g T.Zsír 9.87 g Szénhidrát 4.91 g Cukor 11.31 g Só 15.98 g	Energia: 804.17 Kcal / 3,361.43 KJ Fehérje 30.85 g Zsír 36.23 g T.Zsír 11.23 g Szénhidrát 87.54 g Cukor 1.02 g Só 3.58 g	
	1,7,8,(3),(5),(6),(9),(12)	1,3,7,9,10,(12)	1,3,4,7	1,3,7,9,10,(12)	
	Citromos tea Hűsgolyó Franciasalátával	Málnás tea Sertéspaprikás Főtt tésztával	Epres tea Sonkás-sajtos rakott tészta		
	Energia: 854.52 Kcal / 3,571.89 KJ Fehérje 24.57 g Zsír 49.35 g T.Zsír 13.00 g Szénhidrát 34.96 g Cukor 3.30 g Só 3.30 g	Energia: 916.86 Kcal / 3,832.47 KJ Fehérje 30.89 g Zsír 45.37 g T.Zsír 11.88 g Szénhidrát 19.99 g Cukor 0.47 g Só 19.99 g	Energia: 946.17 Kcal / 3,964.99 KJ Fehérje 42.11 g Zsír 38.73 g T.Zsír 11.03 g Szénhidrát 108.07 g Cukor 4.53 g Só 19.99 g		
	3,7,10,15,(1),(12)	1,7,(3)	1,3,7		
	Középszikolás 15-18 éves	Középszikolás 15-18 éves	Középszikolás 15-18 éves		
	Vacsora				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.
Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosgbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (lód-allergén)

- 1-glutén 4-hal
- 2-trák 5-földimogyoró
- 3-tojás 6-szója
- 7-tejterméklaktóz 10-mustár
- 8-diófélék 11-szezám
- 9-zeller 12-kéndioxid-szulfid 15-mesterséges édesítőszer

- 16-édesgyökér
- 13-csillagfűrt
- 14-pulatastfűk
- 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2/3 Albertirsa, Pesti út 85
 Csopocskányi Árpád utca 13
 Kossuth 20.