


## Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 <b>eatrend</b>  <b>Ebéd</b>	<b>Hal, olajosmag, mogyoró, mustár, szója, citrus, narancs, banán, szilva, barack, eper, málna, alma, teljes kiőrlésű élelmiszer mentes 7-10 éves</b>	Magyaros karfiolleves	Tavaszi zöldségleves	Zellerkrémleves Pírtott kenyérkockával	Palócgulyásleves Diétás pékáruval BL	Meggyleves Rántott csirkemell Hagymás törtburgonyával Káposztasalátával
		Erdélyi sertéstokány Párolt rizszel	Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával	Csirkepaprikás Főtt tésztával	Sajtos-tejfölös tészta Körte	
		Energia: 592.87 Kcal / 2,478.20 KJ	Energia: 682.02 Kcal / 2,850.84 KJ	Energia: 731.20 Kcal / 3,056.42 KJ	Energia: 980.55 Kcal / 4,098.70 KJ	Energia: 850.33 Kcal / 3,554.38 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav
		20.39 g    28.21 g    7.28 g	21.91 g    26.20 g    6.51 g	50.97 g    25.14 g    5.65 g	31.81 g    33.56 g    13.68 g	26.65 g    37.95 g    5.33 g
		Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só
63.72 g    0.01 g    2.96 g	88.35 g    15.00 g    3.99 g	74.01 g    0.02 g    2.17 g	135.79 g    3.01 g    2.96 g	97.94 g    19.98 g    5.28 g		
1,9	1,3,9	1,7,9,(3)	1,7,9,(3)	1,3,7		
<b>Uzsonna</b>	<b>Hal, olajosmag, mogyoró, mustár, szója, citrus, narancs, banán, szilva, barack, eper, málna, alma, teljes kiőrlésű élelmiszer mentes 7-10 éves</b>	Csirkemellsonkás Diétás pékáru BL Liga margarinnal Paprikával	Diétás pékáru BL Kockasajttal	Kefir Diétás pékáruval BL	Diétás péksütemény	Bécsi felvágottas Diétás pékáru BL Liga margarinnal Jégcsapretekkel
		Energia: 244.59 Kcal / 1,022.39 KJ	Energia: 292.63 Kcal / 1,223.19 KJ	Energia: 208.12 Kcal / 869.94 KJ	Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ	Energia: 343.70 Kcal / 1,436.67 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav	Fehérje    Zsír    T.Zsírsvav
		11.04 g    8.66 g    2.21 g	13.92 g    13.23 g    7.48 g	12.36 g    0.93 g    0.15 g	1.50 g    11.90 g    0.90 g	11.39 g    20.08 g    6.53 g
		Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só
		11.04 g    8.66 g    2.21 g	13.92 g    13.23 g    7.48 g	12.36 g    0.93 g    0.15 g	1.50 g    11.90 g    0.90 g	11.39 g    20.08 g    6.53 g

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-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-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**


**Eatrend Kft.**  
 2750 Albertirsa, Pest út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

**Élelmezésvezető**