


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola	Kakaó Vajas molnárika			Csipkebogyós tea Eatrendes tepertőkrém Korpás kenyér Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Csicseriborsókrémes Rozskenyér			Tej Baracklekváros Korpás kenyér Margarinnal			Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 325.14 Kcal / 1,359.09 KJ			Energia: 342.27 Kcal / 1,430.69 KJ			Energia: 382.31 Kcal / 1,598.06 KJ			Energia: 301.23 Kcal / 1,259.14 KJ			Energia: 332.24 Kcal / 1,388.76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.67 g	8.02 g	3.71 g	6.66 g	13.10 g	5.16 g	7.89 g	9.33 g	8.39 g	10.84 g	5.36 g	2.53 g	8.39 g	11.33 g	6.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.40 g	12.39 g	0.89 g	48.96 g	19.99 g	1.14 g	65.39 g	32.03 g	0.91 g	52.22 g	12.46 g	1.03 g	48.70 g	19.98 g	0.46 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,4,7				
Ebéd	Iskola	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával			Palócleves Tejberizs Gyümölcsraguval Körte			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérral Pásztortarhonya Házi káposztasalátával		
		Energia: 463.91 Kcal / 1,939.14 KJ			Energia: 433.79 Kcal / 1,813.24 KJ			Energia: 615.43 Kcal / 2,572.50 KJ			Energia: 581.24 Kcal / 2,429.58 KJ			Energia: 676.48 Kcal / 2,827.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.13 g	27.82 g	9.06 g	17.51 g	9.75 g	2.25 g	19.05 g	14.66 g	4.20 g	22.75 g	30.65 g	7.07 g	25.94 g	26.65 g	7.67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.89 g	5.11 g	4.09 g	68.67 g	3.07 g	2.78 g	100.18 g	24.73 g	2.69 g	53.03 g	1.05 g	2.71 g	81.98 g	8.02 g	3.94 g		
1,3,7,9,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,9			1,7,9			1,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola	Szendvics sonkás Rozskenyér Margarinnal Sós-karamellás zabrudi			Helybensült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal			Sajt szelet Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Helybensült kajszibarackos háromszög		
		Energia: 210.77 Kcal / 881.02 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 228.02 Kcal / 953.12 KJ			Energia: 225.06 Kcal / 940.75 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.72 g	3.50 g	5.58 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	3.45 g	9.99 g	7.68 g	4.41 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.04 g	0.00 g	1.45 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.55 g	0.00 g	0.72 g	28.92 g	0.00 g	0.52 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(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-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: 14893560-4-13

19.

Élelmezésvezető