


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Tej Mézés Félbarna kenyér Margarinnal	Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával	Kakaó Kifli Alma	Citromos tea Tonhalkrémes Rozskenyér Kígyóborkával Zabrudi	Meggyes tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal										
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ	Energia: 338.48 Kcal / 1,414.85 KJ	Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ	Energia: 325.40 Kcal / 1,360.17 KJ	Energia: 260.99 Kcal / 1,090.94 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.64 g	11.12 g	8.22 g	10.84 g	3.31 g	1.75 g	7.33 g	9.92 g	8.18 g	6.77 g	4.79 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	52.43 g	19.99 g	0.71 g	43.41 g	9.99 g	0.68 g	51.25 g	24.23 g	0.73 g	47.48 g	19.99 g	0.83 g		
1,7		1		1,7		1,3,4,7,10		1,3,(7)								
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal	Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral	Rántott leves Píritott kenyérbarkával Sajtos-tejszínes csirkeragu Párolt rizszel	Sajtgaluskaleves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával	Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral										
		Energia: 677.35 Kcal / 2,831.32 KJ	Energia: 532.86 Kcal / 2,227.35 KJ	Energia: 801.79 Kcal / 3,351.48 KJ	Energia: 684.44 Kcal / 2,860.96 KJ	Energia: 965.35 Kcal / 4,035.16 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.50 g	29.87 g	10.83 g	18.56 g	18.66 g	2.51 g	26.99 g	35.47 g	11.18 g	29.31 g	29.18 g	8.26 g	23.97 g	47.71 g	8.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.59 g	2.31 g	2.22 g	73.22 g	12.05 g	1.26 g	92.28 g	0.04 g	1.62 g	75.86 g	0.65 g	3.07 g	109.13 g	23.15 g	1.70 g		
1,3,7,9,(6),(12)		1,3,7,9		1,7,9		1,3,7,9,10,(12)		1,3,7,10,(12)								
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Kenőmájásos Korpás kifli Kígyóborkával	Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal	Sajt szelet Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal	Helyben sült rácsos túrós táska Mandarin	Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával										
		Energia: 199.52 Kcal / 833.99 KJ	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ	Energia: 229.85 Kcal / 960.77 KJ	Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ	Energia: 204.29 Kcal / 853.93 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.35 g	6.23 g	2.35 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	10.80 g	8.05 g	4.32 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.40 g	6.24 g	2.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.30 g	3.85 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	28.47 g	0.00 g	0.54 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	29.60 g	0.00 g	0.59 g		
1,(6),(7),(10)		1,(7)		1,7		1,3,6,7,(8),(11),(12)		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 édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783403-5-13
Adószám: 44393560-4-13

Élelmezésvezető