


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Karamellás tej Kiflivel			Citromos tea Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér Lilahagymával			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémes Teljes kiőrlésű kenyér, Körte			Barackos tea Petrezselymes tojáskrémes Rozskenyér Kígyóuborkával			Vaníliás tej Brióssal		
		Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ			Energia: 320.39 Kcal / 1,339.23 KJ			Energia: 291.14 Kcal / 1,216.97 KJ			Energia: 309.35 Kcal / 1,293.08 KJ			Energia: 276.82 Kcal / 1,157.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.75 g	8.65 g	4.05 g	6.47 g	8.61 g	3.57 g	8.24 g	7.86 g	7.14 g	10.42 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.89 g	12.49 g	0.68 g	53.43 g	19.98 g	0.00 g	46.45 g	10.00 g	0.33 g	51.16 g	20.09 g	0.93 g	44.46 g	15.72 g	0.59 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros gombaleves Kapos-tejfölös tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral Alma			Erdei gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Tartármártással			Fejtett bableves Mákos piskóta Vanília sodóval			Erőleves Cérnametélttel Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Burgonyás tészta Céklasalátával		
		Energia: 548.90 Kcal / 2,294.40 KJ			Energia: 961.06 Kcal / 4,017.23 KJ			Energia: 674.53 Kcal / 2,819.54 KJ			Energia: 558.20 Kcal / 2,333.28 KJ			Energia: 381.63 Kcal / 1,595.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.09 g	24.40 g	6.90 g	20.34 g	61.45 g	10.33 g	15.82 g	21.63 g	3.99 g	27.79 g	20.13 g	5.23 g	16.35 g	10.75 g	2.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.28 g	7.00 g	1.50 g	81.56 g	13.59 g	1.64 g	103.26 g	42.06 g	1.80 g	65.79 g	0.00 g	1.93 g	54.24 g	5.57 g	2.16 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóuborkával			Meggyes táska			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Gesztenyés rúd			Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 201.38 Kcal / 841.77 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 150.72 Kcal / 630.01 KJ			Energia: 189.00 Kcal / 790.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.85 g	5.81 g	2.21 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	1.40 g	4.65 g	0.92 g	6.32 g	6.00 g	2.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.21 g	0.11 g	0.93 g	39.98 g	20.91 g	0.67 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	25.55 g	17.55 g	0.05 g	27.40 g	0.00 g	1.22 g		
1,(6),(7),(10)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			6,(5),(8)			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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pestli út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-13
 Adószám: 14093560-4-43
 18.
 Elővezető