

Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola Felső 11-14 éves	Karamellás tej Kiflivel			Citromos tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémes Teljes kiőrlésű kenyér Körte			Barackos tea Petrezselymes tojáskrémes Rozskenyér Kígyóborkával			Vaníliaos tejjal Brióssal		
		Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ			Energia: 338.58 Kcal / 1,415.26 KJ			Energia: 347.28 Kcal / 1,451.63 KJ			Energia: 317.06 Kcal / 1,325.31 KJ			Energia: 202.01 Kcal / 844.40 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	6.38 g	10.63 g	3.88 g	6.86 g	8.89 g	3.57 g	8.08 g	7.82 g	7.21 g	6.71 g	3.91 g	2.02 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	53.86 g	19.98 g	0.01 g	59.25 g	12.00 g	0.34 g	53.32 g	22.13 g	0.93 g	34.24 g	16.73 g	0.41 g		
1,7			1			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Iskola Felső 11-14 éves	Magyaros gombaleves Kapos-tejfölös tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel Alma			Erdei gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Tartármártással			Fejttet bableves Mákos piskóta Vanília sodóval			Erőleves Cérametéllel Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérrrel			Zselici húsos leves Burgonyás tészta Céklasalátával		
		Energia: 665.97 Kcal / 2,783.75 KJ			Energia: 1,180.80 Kcal / 4,935.74 KJ			Energia: 939.75 Kcal / 3,928.16 KJ			Energia: 663.46 Kcal / 2,773.26 KJ			Energia: 565.33 Kcal / 2,363.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.46 g	31.95 g	8.25 g	24.83 g	73.51 g	12.27 g	22.33 g	29.44 g	5.50 g	33.22 g	24.04 g	6.26 g	23.69 g	14.62 g	2.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.12 g	9.01 g	2.04 g	105.38 g	18.98 g	2.05 g	145.14 g	60.45 g	2.21 g	77.76 g	0.00 g	2.35 g	83.69 g	8.34 g	3.11 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Iskola Felső 11-14 éves	Kenőmájasos Korpás kenyér Kígyóborkával			Meggyes táská			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Gesztenyész rúd			Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 202.55 Kcal / 846.66 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
		6.95 g	5.82 g	2.28 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
30.38 g	0.15 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-csillagfűrt | 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: 14893560-4-13
 19.
 Elélményvezető