


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Barackos tea Sárgarépás sajkrémes Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó Kifli	Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Alma	Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Tej Túró rudi krémes Korpás kenyér										
		Energia: 299.42 Kcal / 1,251.58 Kj	Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 Kj	Energia: 295.25 Kcal / 1,234.15 Kj	Energia: 321.96 Kcal / 1,345.79 Kj	Energia: 269.93 Kcal / 1,128.31 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.86 g	7.47 g	3.32 g	10.84 g	3.31 g	1.75 g	4.70 g	8.41 g	3.87 g	6.62 g	10.42 g	4.14 g	13.81 g	5.21 g	2.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.74 g	21.98 g	0.34 g	43.41 g	9.99 g	0.68 g	49.76 g	21.98 g	0.70 g	49.99 g	20.73 g	0.60 g	41.62 g	2.83 g	0.98 g		
1,7		1,7		1,7		1,3,7,10,(12)		1,7,(5),(8)								
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Paradicsomleves Betűtésztával Csikós tokány Párolt rizszel	Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virsli Félbarna kenyérral	Lencseleves Dejós tészta	Póréhagyma-krémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel	Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal										
		Energia: 833.59 Kcal / 3,484.41 Kj	Energia: 505.01 Kcal / 2,110.94 Kj	Energia: 687.95 Kcal / 2,875.63 Kj	Energia: 475.98 Kcal / 1,989.60 Kj	Energia: 714.08 Kcal / 2,984.85 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.18 g	34.32 g	8.85 g	24.51 g	32.81 g	7.56 g	27.14 g	18.31 g	2.96 g	24.09 g	16.33 g	4.60 g	30.09 g	31.18 g	10.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
107.97 g	27.97 g	4.40 g	63.26 g	12.00 g	2.01 g	102.24 g	10.49 g	1.38 g	46.06 g	0.05 g	5.42 g	82.70 g	18.10 g	2.84 g		
1,3,7,9		1,3,7		1,3,7,8,10,(5),(12)		1,7,(3),(6),(10),(12)		1,3,4,7,(6),(12)								
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Helybensült vaníliakrémes rúd	Mátrai diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal Paprikával	Helybensült sajtkrémes rúd	Csirkemell sonkás Zsemle Margarinnal	Kifli Kockasajttal										
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj	Energia: 177.24 Kcal / 740.86 Kj	Energia: 164.00 Kcal / 685.52 Kj	Energia: 176.01 Kcal / 735.72 Kj	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.54 g	3.70 g	1.33 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.10 g	2.91 g	1.21 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.44 g	0.00 g	1.25 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.34 g	0.00 g	0.55 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,7,(3),(6),(12)		1,(7)		1,7		1,(7)		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: 17783402-5-13
 Adószám: 14893560-4-13.....
 18.
Élelmezésvezető