

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	Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Tej Túrós 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
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		6.86 g7.47 g3.32 g	10.84 g3.31 g1.75 g	4.70 g8.41 g3.87 g	6.62 g10.42 g4.14 g	13.81 g5.21 g2.65 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		50.74 g21.98 g0.34 g	43.41 g9.99 g0.68 g	49.76 g21.98 g0.70 g	49.99 g20.73 g0.60 g	41.62 g2.83 g0.98 g
		1,7	1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,7,(5),(8)
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Paradicsomleves Betűtészta-val Csikós tokány Párolt rizszel	Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virsli Félbarna kenyérral	Lencseleves Dejós tészta Alma	Póréhagyma-krémleves Pirított 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
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		22.18 g34.32 g8.85 g	24.51 g32.81 g7.56 g	27.14 g18.31 g2.96 g	24.09 g16.33 g4.60 g	30.09 g31.18 g10.64 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		107.97 g27.97 g4.40 g	63.26 g12.00 g2.01 g	102.24 g10.49 g1.38 g	46.06 g0.05 g5.42 g	82.70 g18.10 g2.84 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 Mandarin	Mátrai diákcsomag Korpás zsemle Margarinnal Paprikával	Helybensült sajtkrémes rúd Zabrudai	Csirkemell sonkás Zsemle Margarinnal	Korpás 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
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		11.71 g26.46 g10.07 g	7.54 g3.70 g1.33 g	7.99 g2.31 g3.61 g	8.10 g2.91 g1.21 g	7.94 g6.53 g3.82 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		19.66 g0.00 g1.38 g	28.44 g0.00 g1.25 g	33.28 g0.00 g1.69 g	29.34 g0.00 g0.55 g	23.30 g0.00 g1.11 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.

Élelmiszer-értékelő