


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Barackos tea Sárgarépas sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó Kifli	Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér	Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Tej Túró rudi krém Korpás kenyér
		Energia: 345.70 Kcal / 1,445.03 KJ	Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ	Energia: 345.02 Kcal / 1,442.18 KJ	Energia: 360.40 Kcal / 1,506.47 KJ	Energia: 273.82 Kcal / 1,144.57 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7.28 g 10.94 g 5.03 g	10.84 g 3.31 g 1.75 g	4.90 g 12.40 g 5.80 g	6.86 g 14.47 g 5.77 g	14.16 g 5.44 g 2.78 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
54.02 g 24.98 g 0.46 g	43.41 g 9.99 g 0.68 g	52.95 g 24.98 g 0.70 g	50.23 g 20.73 g 0.60 g	41.72 g 2.83 g 0.99 g		
1,7	1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,7,(5),(8)		
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Paradicsomleves Betűtésztával Csikós tokány Párolt rizszel	Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral	Lencseleves Dejós tészta Alma	Póréhagyma-krémleves Pirított kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel	Citromos almaleves Tonhala spagetti Reszelt sajttal
		Energia: 880.05 Kcal / 3,678.61 KJ	Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ	Energia: 723.73 Kcal / 3,025.19 KJ	Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ	Energia: 743.69 Kcal / 3,108.62 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22.83 g 36.14 g 9.26 g	24.51 g 32.81 g 7.56 g	28.90 g 19.71 g 3.26 g	24.12 g 16.34 g 4.61 g	30.73 g 31.30 g 10.67 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
114.74 g 31.97 g 4.96 g	71.24 g 19.99 g 2.01 g	106.24 g 10.49 g 1.49 g	46.64 g 0.05 g 5.81 g	89.20 g 20.10 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 felső 11-14 éves	Helybensült vaníliakrémes rúd Mandarin	Mátrai diákcsemegés 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: 187.06 Kcal / 781.91 KJ	Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		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	9.80 g 3.19 g 1.30 g	12.12 g 12.78 g 7.54 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	29.76 g 0.00 g 0.76 g	23.80 g 0.00 g 1.81 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-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: 17783402-5-13
 Adószám: 14893560-4-13.....
 13.
 Élelmezésvezető