


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola Felső 11-14 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcsös tea Majonézes tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyós tea Kenőmájas Rozskenyér Salátalevéllal Alma			Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyérral Margarinnal		
		Energia: 397.02 Kcal / 1,659.54 KJ			Energia: 309.96 Kcal / 1,295.63 KJ			Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ			Energia: 393.28 Kcal / 1,643.91 KJ			Energia: 281.42 Kcal / 1,176.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.09 g	12.54 g	10.03 g	5.09 g	13.96 g	5.23 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	10.91 g	9.85 g	7.55 g	6.85 g	4.80 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.63 g	32.03 g	0.70 g	40.46 g	12.60 g	0.73 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	64.15 g	19.99 g	1.06 g	52.47 g	24.98 g	0.83 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)				
Ebéd	Iskola Felső 11-14 éves	Cheddaros sajtkrémleves Pírtott kenyérkockával Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Alma			Májgaluskaleves Mákos tészta Porcukorral			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 785.51 Kcal / 3,283.43 KJ			Energia: 474.74 Kcal / 1,984.41 KJ			Energia: 599.78 Kcal / 2,507.08 KJ			Energia: 576.29 Kcal / 2,408.89 KJ			Energia: 657.79 Kcal / 2,749.56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.52 g	39.83 g	12.67 g	18.33 g	10.11 g	2.16 g	19.91 g	26.22 g	7.29 g	23.10 g	12.63 g	3.75 g	28.50 g	28.01 g	7.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79.65 g	0.05 g	2.04 g	78.26 g	20.02 g	1.21 g	70.26 g	15.02 g	2.77 g	92.34 g	38.66 g	1.61 g	72.28 g	0.04 g	1.53 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,9			1,3,7,9			1,7			1,3,7				
Uzsonna	Iskola Felső 11-14 éves	Kakaós csiga			Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Póréhagymakarikával			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóuborkával			Sonkás-kukoricás pizzaszelet			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 241.97 Kcal / 1,011.43 KJ			Energia: 215.60 Kcal / 901.21 KJ			Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	9.78 g	8.11 g	3.14 g	12.89 g	3.06 g	1.50 g	15.36 g	10.92 g	0.00 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
19.20 g	8.72 g	0.32 g	32.39 g	0.00 g	0.74 g	34.08 g	0.15 g	0.76 g	28.48 g	0.00 g	0.00 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(7)			1,3,7			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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cégjegyzéki szám: J/2783403-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 Elővezető