


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00028) Iskola alsó	Kakaó Kifli			Csipkebogyó Tea Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyér Póréhagymával			Almás-fahéjas tea Csicseriborsókrémes Rozskenyér Alma			Tej Barackleváros Margarinos Korpás kenyér			Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 360.47 Kcal / 1,506.76 KJ			Energia: 302.36 Kcal / 1,263.86 KJ			Energia: 377.39 Kcal / 1,577.49 KJ			Energia: 301.23 Kcal / 1,259.14 KJ			Energia: 308.84 Kcal / 1,290.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.60 g	3.89 g	2.02 g	5.91 g	9.13 g	0.00 g	8.37 g	7.54 g	6.84 g	10.84 g	5.36 g	2.53 g	6.48 g	9.53 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.35 g	9.99 g	1.09 g	48.71 g	15.99 g	0.70 g	67.93 g	13.99 g	0.93 g	52.22 g	12.46 g	1.03 g	48.84 g	20.38 g	0.10 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,3,4,7,10				
Ebéd	(00028) Iskola alsó	Füstölt sajtos karfiolkremleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajt szorattal			Palócleves Tejberizs Gyümölcsraguval			Zöldborsóleves Sertéspörkölt Paradicsomos káposzta főzelékkel Félbarna kenyérral			Brokkolikremleves Pírtott kenyérkockával Pásztortarhonya Házi káposztasalátával		
		Energia: 453.94 Kcal / 1,897.47 KJ			Energia: 538.57 Kcal / 2,251.22 KJ			Energia: 554.08 Kcal / 2,316.05 KJ			Energia: 618.84 Kcal / 2,586.75 KJ			Energia: 676.51 Kcal / 2,827.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.90 g	27.18 g	9.58 g	24.91 g	17.95 g	4.65 g	18.17 g	12.95 g	2.18 g	22.46 g	30.68 g	7.05 g	26.07 g	26.21 g	7.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.03 g	5.09 g	5.56 g	68.87 g	0.04 g	1.13 g	90.19 g	0.01 g	1.64 g	62.81 g	12.06 g	4.18 g	82.87 g	8.02 g	3.84 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,7,9			1,7			1,9			1,3,7				
Uzsonna	(00028) Iskola alsó	Szendvicssonkás Margarinos Rozskenyér			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Margarinos Félbarna kenyér			Margarinos Zsemle Sajt szelettel Salátalevéllel			Helyben sült kajszibarackos háromszög		
		Energia: 197.76 Kcal / 826.64 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 401.78 Kcal / 1,679.44 KJ			Energia: 228.89 Kcal / 956.76 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.50 g	3.36 g	5.53 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	14.70 g	10.07 g	1.26 g	10.29 g	7.98 g	4.60 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.34 g	0.00 g	1.22 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	62.81 g	0.00 g	0.06 g	28.90 g	0.00 g	0.61 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)				

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: 17783408-5-13
Adószám: 14893560-4-13
27.

Élelmezésvezető