


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00029) Iskola felső	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: 342.27 Kcal / 1,430.69 KJ			Energia: 434.49 Kcal / 1,816.17 KJ			Energia: 301.23 Kcal / 1,259.14 KJ			Energia: 354.64 Kcal / 1,482.40 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	6.66 g	13.10 g	0.00 g	8.49 g	9.93 g	6.84 g	10.84 g	5.36 g	2.53 g	6.71 g	14.33 g	5.27 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	48.96 g	19.99 g	0.70 g	75.89 g	13.99 g	0.93 g	52.22 g	12.46 g	1.03 g	49.21 g	20.58 g	0.11 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,3,4,7,10				
Ebéd	(00029) Iskola felső	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajt szorattal			Palócleves Tejberizs Gyümölcsraguval			Zöldborsóleves Sertéspörkölt Paradicsomos káposzta főzelékkel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Pásztortarhonya Házi káposztasalátával		
		Energia: 463.91 Kcal / 1,939.14 KJ			Energia: 540.98 Kcal / 2,261.30 KJ			Energia: 568.46 Kcal / 2,376.16 KJ			Energia: 673.91 Kcal / 2,816.94 KJ			Energia: 676.48 Kcal / 2,827.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.13 g	27.82 g	8.06 g	24.99 g	17.98 g	4.66 g	18.46 g	14.06 g	2.44 g	22.47 g	36.71 g	7.74 g	25.94 g	26.65 g	7.67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.89 g	5.09 g	4.99 g	69.34 g	0.04 g	1.62 g	90.95 g	0.01 g	1.87 g	62.94 g	12.06 g	4.19 g	81.98 g	8.02 g	3.94 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,7,9			1,7			1,9			1,3,7				
Uzsonna	(00029) Iskola felső	Szendvicssonkás Margarinos Rozskenyér			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Margarinos Félbarna kenyér			Margarinos Zsemle Sajt szelettel Salátalevéllel			Helyben sült kajszibarackos háromszög		
		Energia: 210.77 Kcal / 881.02 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
		12.72 g	3.50 g	5.53 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	14.70 g	10.07 g	3.68 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
32.04 g	0.00 g	1.22 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	62.81 g	0.00 g	0.66 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