


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Csipkebogyó tea Tejbedara Kakaó szóráttal			Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Lilahagymával			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrém Teljes kiőrlésű kenyér Alma			Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Rozskenyér Kígyóborkával			Vaníliás tej Kifli		
		Energia: 716.13 Kcal / 2,993.42 KJ			Energia: 320.39 Kcal / 1,339.23 KJ			Energia: 311.52 Kcal / 1,302.15 KJ			Energia: 309.35 Kcal / 1,293.08 KJ			Energia: 447.92 Kcal / 1,872.31 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.00 g	5.94 g	3.31 g	6.75 g	8.65 g	3.85 g	6.83 g	9.03 g	0.04 g	8.24 g	7.86 g	7.14 g	17.73 g	5.07 g	2.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
148.46 g	83.42 g	0.88 g	53.43 g	19.98 g	0.00 g	49.75 g	10.00 g	0.60 g	51.16 g	20.09 g	0.93 g	82.32 g	19.98 g	1.22 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Magyaros gombaleves Fasírt Kapros-tejfölös tökfőzelékkal Félbarna kenyérral			Grízgaluska leves Sajtos zöldborsós sertésragu Párolt rizzsel			Fejtett bableves Mákos piskóta Vanília sodóval			Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Burgonyás tészta Céklasaláta		
		Energia: 496.72 Kcal / 2,076.29 KJ			Energia: 792.03 Kcal / 3,310.69 KJ			Energia: 674.53 Kcal / 2,819.54 KJ			Energia: 558.20 Kcal / 2,333.28 KJ			Energia: 381.63 Kcal / 1,595.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.49 g	23.80 g	2.08 g	27.29 g	42.02 g	0.94 g	15.82 g	21.63 g	1.75 g	27.79 g	20.13 g	5.23 g	16.35 g	10.75 g	1.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.77 g	3.50 g	0.11 g	75.32 g	0.03 g	1.93 g	103.26 g	2.41 g	1.44 g	65.79 g	0.00 g	1.93 g	54.24 g	3.21 g	1.97 g		
1,3,7			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Kenőmájás Korpás kenyér Kígyóborkával			Helyben sült meggyes táska			Olasz felvágottas Margarinos Félbarna kenyér			Helyben sült gesztenyés rúd			Baromfi párizsis Margarinos Korpás kenyér		
		Energia: 201.38 Kcal / 841.77 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 394.62 Kcal / 1,649.51 KJ			Energia: 150.72 Kcal / 630.01 KJ			Energia: 189.00 Kcal / 790.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.85 g	5.81 g	2.17 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	14.50 g	9.36 g	3.55 g	1.40 g	4.65 g	0.92 g	6.32 g	6.00 g	2.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.21 g	2.20 g	0.93 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	62.82 g	0.00 g	0.90 g	25.55 g	17.55 g	0.05 g	27.40 g	0.00 g	1.22 g		
1,(6),(7),(10)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			6,(5),(8)			1,(7)				

Az étlapváltoztatás igazát 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