


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <b>Tízórai</b>	(00028) Iskola alsó	Citromos tea Olasz felvágottas Margarinos Korpás kenyér	Tej Kifli	Meggyes tea Sült hagymakrémes Félbarna kenyér	Kakaó Kalács	Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Jégcsapretekkel										
		Energia: 294.65 Kcal / 1,231.64 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 312.95 Kcal / 1,308.13 KJ	Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ	Energia: 284.25 Kcal / 1,188.17 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.81 g	8.55 g	3.19 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.58 g	8.31 g	3.71 g	14.15 g	9.34 g	4.25 g	7.02 g	9.14 g	8.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.41 g	19.98 g	1.60 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	52.49 g	19.99 g	0.25 g	59.52 g	14.19 g	0.90 g	43.14 g	16.68 g	0.71 g		
1,(7)		1,7		1,7		1,3,7		1,7		1,3,7		1,7		1,7		
<b>Ebéd</b>	(00028) Iskola alsó	Sárgaborsókrémes Kolbászmorzsával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal	Magyaros csipetkeles Sült bécsi virsli Tökfőzelékkel Félbarna kenyérral	Húsgaluskaeles Mákos tészta Porcukor szóráttal Alma	Paradicsomleves Betűtészttával Zöldséges pulykavagdalt Burgonyapürével	Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel										
		Energia: 804.75 Kcal / 3,363.86 KJ	Energia: 419.78 Kcal / 1,754.68 KJ	Energia: 575.83 Kcal / 2,406.97 KJ	Energia: 640.47 Kcal / 2,677.16 KJ	Energia: 593.97 Kcal / 2,482.79 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		36.27 g	34.64 g	8.90 g	17.03 g	27.55 g	8.04 g	19.93 g	14.06 g	3.34 g	24.44 g	14.39 g	3.38 g	20.06 g	28.14 g	7.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86.19 g	0.06 g	4.13 g	59.74 g	9.00 g	3.10 g	91.45 g	19.99 g	2.31 g	102.22 g	27.97 g	5.39 g	64.41 g	0.01 g	2.40 g		
1,3,9,15,(10),(12)		1,3,7,9		1,3,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,3,7,9		
<b>Uzsonna</b>	(00028) Iskola alsó	Helyben sült vaníliás táska	Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Diákcsemegés Margarinos Korpás zsemle	Zala felvágottas Margarinos Korpás kenyér Salátalevéellel	Helyben sült sajtos pogácsa Suli szelet										
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 215.50 Kcal / 900.79 KJ	Energia: 197.43 Kcal / 825.26 KJ	Energia: 187.74 Kcal / 784.75 KJ	Energia: 590.52 Kcal / 2,468.37 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.57 g	6.19 g	2.32 g	6.98 g	6.13 g	2.39 g	6.72 g	5.56 g	2.07 g	7.16 g	25.10 g	11.98 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	31.15 g	3.85 g	0.31 g	28.55 g	0.00 g	1.04 g	27.67 g	0.00 g	1.16 g	82.48 g	31.00 g	1.08 g		
1,7,(3),(6),(12)		1,(6),(7),(10)		1,(7)		1,(7)		1,(7)		1,3,5,6,7,(8),(11)		1,3,5,6,7,(8),(11)		1,3,5,6,7,(8),(11)		

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, Pestúti út 65.  
Csoportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 14893560-4-13  
27.

Élelmezésvezető