


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00029) Iskola felső	Barackos tea Sárgarépás sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér			Varázsszívószál Tej Kifli			Barackos tea Magyaros vajkrém Korpás kenyér Alma			Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Tej Túró rudi krém Korpás kenyér		
		Energia: 345.70 Kcal / 1,445.03 KJ			Energia: 315.62 Kcal / 1,319.29 KJ			Energia: 397.20 Kcal / 1,660.30 KJ			Energia: 360.40 Kcal / 1,506.47 KJ			Energia: 273.82 Kcal / 1,144.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.28 g	10.94 g	5.03 g	15.03 g	3.82 g	1.83 g	5.50 g	13.00 g	3.87 g	6.86 g	14.47 g	5.77 g	14.16 g	5.44 g	2.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.02 g	24.98 g	0.46 g	61.42 g	0.00 g	1.09 g	63.45 g	24.98 g	0.72 g	50.23 g	20.73 g	0.60 g	41.72 g	2.83 g	0.99 g		
1,7			1,6,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)				
Ebéd	(00029) Iskola felső	Paradicsomleves Csikós tokány Párolt rizzsel			Tojásleves Sült virsli Zöldborsófőzelékkel Félbarna kenyérral			Lencse leves Dejós tészta			Póréhagyma krémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Citromos almaleves Tonhalas Spagetti Reszelt sajt szóráttal		
		Energia: 880.05 Kcal / 3,678.61 KJ			Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ			Energia: 671.55 Kcal / 2,807.08 KJ			Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ			Energia: 721.15 Kcal / 3,014.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.83 g	36.14 g	9.26 g	24.51 g	32.81 g	5.92 g	28.30 g	19.11 g	2.45 g	24.12 g	16.34 g	4.61 g	29.79 g	27.97 g	9.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114.74 g	31.97 g	4.96 g	71.24 g	10.00 g	4.69 g	95.74 g	15.73 g	0.92 g	46.64 g	0.05 g	5.81 g	91.92 g	20.10 g	3.03 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,4,7,9,(6),(12)				
Uzsonna	(00029) Iskola felső	Helyben sült vaníliakrém rúd			Mátrai csemege szalámis Margarinos Korpás zsemle Paprikával			Helyben sült sajtkrém rúd			Csirkemellsonkás Margarinos Zsemle			Kockasajt Kiflivel		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 177.24 Kcal / 740.86 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 187.06 Kcal / 781.91 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
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.54 g	3.70 g	1.33 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	9.80 g	3.19 g	1.30 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
19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.44 g	0.00 g	1.25 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.76 g	0.00 g	0.76 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,(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-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