

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd			szerda			csütörtök			péntek				
 Tízórai	(00028) Iskola alsó	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcs tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Margarinos Korpás kifli			Csipkebogyó tea Kenőmájas Rozskenyér Salátalevéllal Alma			Barackos tea Főtt tojáskarika Margarinos Korpás kenyér		
		Energia: 328.98 Kcal / 1,375.14 KJ			Energia: 264.16 Kcal / 1,104.19 KJ			Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ			Energia: 358.59 Kcal / 1,498.91 KJ			Energia: 269.63 Kcal / 1,127.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.59 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	9.58 g	7.15 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		55.33 g	13.99 g	0.70 g	40.09 g	12.00 g	0.72 g	51.08 g	8.10 g	0.89 g	62.94 g	15.99 g	0.94 g	49.48 g	13.99 g	0.82 g
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)				
Ebéd	(00028) Iskola alsó	ChedarsajtkréMLEves Pírtott kenyérkockával Tavaszi sertésragu Párolt rizszel			Májgaluskaleves Mákos tészta Porcukor szórattal			Tejfölös karfiollevés Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Sárgabarack lekvárral Porcukor szórattal			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 776.95 Kcal / 3,247.65 KJ			Energia: 407.63 Kcal / 1,703.89 KJ			Energia: 684.20 Kcal / 2,859.96 KJ			Energia: 734.53 Kcal / 3,070.34 KJ			Energia: 608.18 Kcal / 2,542.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.49 g	38.90 g	7.11 g	15.03 g	7.59 g	2.07 g	21.98 g	26.32 g	7.68 g	25.01 g	8.74 g	2.05 g	28.33 g	23.07 g	3.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		79.57 g	0.00 g	1.02 g	70.38 g	15.02 g	0.76 g	88.53 g	15.02 g	2.98 g	136.54 g	41.14 g	2.19 g	71.21 g	0.04 g	1.17 g
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,9			1,3,7,9			1,(12)			1,3,7				
Uzsonna	(00028) Iskola alsó	Helyben sült kakaós csiga			Sertéspárizsis Margarinos Félbarna kenyér Póréhagymával			Szendvicssonkás Margarinos Félbarna kenyér Kígyóborkával			Helyben sült sonkás-kukoricás pizzaszelet			Kockasajt Kiflivel		
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 202.07 Kcal / 844.65 KJ			Energia: 202.59 Kcal / 846.83 KJ			Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.41 g	6.04 g	2.41 g	10.67 g	2.92 g	1.01 g	15.36 g	10.92 g	1.79 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		19.20 g	8.72 g	0.32 g	29.49 g	0.00 g	1.03 g	33.38 g	0.00 g	1.73 g	28.48 g	2.10 g	1.01 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(7)			1,3,7			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: 14693560-4-13
 27.

Élelmezésvezető