


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	(00029) Iskola felső	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrém Rozskenyér	Erdei gyümölcs tea Tonhalkrém Korpás kenyér	Tej Mézes Margarinos Korpás kifli	Csipkebogyó tea Kenőmájás Rozskenyér Salátalevéllal Alma	Barackos tea Főtt tojáskarika Margarinos Korpás kenyér										
		Energia: 397.02 Kcal / 1,659.54 KJ	Energia: 309.96 Kcal / 1,295.63 KJ	Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ	Energia: 393.28 Kcal / 1,643.91 KJ	Energia: 281.42 Kcal / 1,176.34 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.09 g	12.54 g	8.10 g	5.09 g	13.96 g	3.59 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	10.91 g	9.85 g	7.55 g	6.85 g	4.80 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.63 g	13.99 g	0.70 g	40.46 g	12.00 g	0.72 g	51.08 g	8.10 g	0.89 g	64.15 g	19.99 g	1.06 g	52.47 g	24.98 g	0.83 g		
1,7	1,3,4,7,10	1,7	1,(6),(7),(10)	1,3,(7)												
Ebéd	(00029) Iskola felső	Chedarsajtkrémléves Pírtott kenyérbocokkal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májgaluskaleves Mákos tészta Porcukor szórással	Tejfőlös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Sárgabarack lekvárral Porcukor szórással	Rántott leves Pírtott kenyérbocokkal Bakonyi sertésragu Orsó tésztával										
		Energia: 837.69 Kcal / 3,501.54 KJ	Energia: 410.21 Kcal / 1,714.68 KJ	Energia: 693.54 Kcal / 2,899.00 KJ	Energia: 740.95 Kcal / 3,097.17 KJ	Energia: 657.79 Kcal / 2,749.56 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.12 g	40.43 g	8.10 g	15.18 g	7.66 g	2.54 g	22.41 g	26.42 g	7.87 g	25.04 g	9.40 g	2.43 g	28.50 g	28.01 g	7.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.15 g	0.00 g	1.13 g	70.87 g	15.03 g	0.83 g	90.26 g	15.02 g	3.16 g	136.63 g	41.14 g	2.93 g	72.28 g	0.04 g	1.53 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,9	1,3,7,9	1,(12)	1,3,7												
Uzsonna	(00029) Iskola felső	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: 223.39 Kcal / 933.77 KJ	Energia: 215.60 Kcal / 901.21 KJ	Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 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
		1.81 g	8.77 g	4.03 g	8.60 g	7.86 g	3.09 g	12.89 g	3.06 g	1.23 g	15.36 g	10.92 g	2.04 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
19.20 g	5.90 g	0.37 g	29.51 g	0.00 g	1.25 g	34.08 g	3.30 g	1.73 g	28.48 g	2.40 g	1.16 g	23.80 g	0.00 g	1.81 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: 14893560-4-13
 27.

Élelmezésvezető