


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola felsős Cegléd 11-14 éves</b>	Karamellás tej Kifli Alma			Citromos tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Erdei gyümölcsös tea Makói sült hagymakrém Teljes kiőrlésű kenyér Körte			Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Rozskenyér Kígyóborkával			Vaníliás tejtál Briós		
		Energia: 308.71 Kcal / 1,290.41 KJ			Energia: 325.65 Kcal / 1,361.22 KJ			Energia: 373.80 Kcal / 1,562.48 KJ			Energia: 355.65 Kcal / 1,486.62 KJ			Energia: 202.01 Kcal / 844.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.16 g	3.88 g	1.73 g	5.89 g	10.58 g	3.87 g	6.66 g	12.71 g	5.34 g	8.26 g	11.66 g	8.40 g	6.71 g	3.91 g	2.02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
56.39 g	12.49 g	0.70 g	51.25 g	19.98 g	0.01 g	57.43 g	12.00 g	0.49 g	54.15 g	25.13 g	0.92 g	34.24 g	16.73 g	0.41 g		
1,7		1		1,7		1,3,7,10,(12)		1,3,7								
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola felsős Cegléd 11-14 éves</b>	Magyaros gombaleves Tököfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erdei gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Tartármártással			Fejtettbab-leves Mákos piskóta Vanília sodóval			Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Burgonyás tészta Céklasalátával		
		Energia: 650.06 Kcal / 2,717.25 KJ			Energia: 1,230.16 Kcal / 5,142.07 KJ			Energia: 937.48 Kcal / 3,918.67 KJ			Energia: 728.03 Kcal / 3,043.17 KJ			Energia: 574.59 Kcal / 2,401.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.19 g	34.49 g	8.77 g	25.65 g	75.49 g	13.47 g	22.26 g	29.44 g	5.50 g	33.12 g	31.44 g	7.11 g	24.94 g	14.92 g	2.84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.25 g	9.01 g	2.02 g	110.24 g	21.58 g	2.13 g	144.66 g	60.45 g	2.21 g	77.29 g	0.00 g	1.92 g	84.13 g	8.34 g	3.21 g		
1,3,7		1,3,7,10,(12)		1,3,7,9,(12)		1,3,9		1,3,7,9,15,(12)								
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola felsős Cegléd 11-14 éves</b>	Rozskenyér Kenőmájással Kígyóborkával			Meggyes táska			Olasz felvágottas Zsemle Delma margarinnal			Gesztenyés rúd Kivi			Baromfi párizsis Rozskenyér Delma margarinnal		
		Energia: 249.76 Kcal / 1,044.00 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 271.73 Kcal / 1,135.83 KJ			Energia: 211.62 Kcal / 884.57 KJ			Energia: 240.23 Kcal / 1,004.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.90 g	9.15 g	7.43 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.81 g	13.49 g	4.57 g	2.40 g	5.25 g	0.92 g	9.13 g	10.35 g	7.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.68 g	0.15 g	0.99 g	39.98 g	20.91 g	0.67 g	28.59 g	0.00 g	1.35 g	36.85 g	17.55 g	0.06 g	27.51 g	0.00 g	1.35 g		
1,(6),(7),(10)		1,7,(3),(6),(12)		1,(7)		6,(5),(8)		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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**Eatrend Kft.**  
 2780 Alhórtisa, Perli út 65.  
 Csoportos adószám: 11/83708-5-13  
 Adószám: 11893560-4-13  
 Élelmezésvetítő