

Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Karamellás tej Kifli Alma			Citromos tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Erdei gyümölcsös tea Sült hagyma krémes Teljes körlésű kenyér Körte			Barackos tea Petrezselymes tojáskrémes Rozskenyér Kigyóborkával			Vanília tejital 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: 320.36 Kcal / 1,339.10 KJ			Energia: 202.01 Kcal / 844.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		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	6.66 g	11.73 g	8.78 g	6.71 g	3.91 g	2.02 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
56.39 g			51.25 g			57.43 g			44.85 g			34.24 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
12.49 g			19.98 g			12.00 g			13.34 g			16.73 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
0.70 g			0.01 g			0.49 g			0.98 g			0.41 g				
1,7			1			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Tízórai	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Gyümölcsös tea Sült húskrémes Félbarna kenyér			Gyümölcsös tea Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Gyümölcsös tea Natúr sajtkrémes Félbarna kenyér			Gyümölcsös tea Zala felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Gyümölcsös tea Körözöttes Félbarna kenyér		
		Energia: 329.77 Kcal / 1,378.44 KJ			Energia: 341.58 Kcal / 1,427.80 KJ			Energia: 337.33 Kcal / 1,410.04 KJ			Energia: 302.28 Kcal / 1,263.53 KJ			Energia: 267.55 Kcal / 1,118.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		7.82 g	11.00 g	4.89 g	9.63 g	11.82 g	4.51 g	7.17 g	12.13 g	7.04 g	9.62 g	7.37 g	2.82 g	9.77 g	2.90 g	1.43 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
49.39 g			48.86 g			49.37 g			49.11 g			50.17 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
19.99 g			19.99 g			19.99 g			19.99 g			19.99 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
0.22 g			1.32 g			0.35 g			0.66 g			0.41 g				
1,7,10,(12)			1,(7)			1,7			1,(7)			1,7				
Ebéd	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Magyaros gombaleves Tököfzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erdi gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Tartármártással			Fejttbab-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.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		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			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
61.25 g			110.24 g			144.66 g			77.29 g			84.13 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
9.01 g			21.58 g			60.45 g			0.00 g			8.34 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
2.02 g			2.13 g			2.21 g			1.92 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)				
Uzsonna	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Rozskenyér Kenőmájással Kigyóborkával			Meggyes táska			Olasz felvágottas Zsemle Delma margarinnal			Gesztenyészék Kivi			Baromfi párizsis Rozskenyér Delma margarinnal		
		Energia: 262.64 Kcal / 1,097.84 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: 253.11 Kcal / 1,058.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		10.40 g	9.24 g	7.81 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	9.63 g	10.44 g	7.58 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
34.17 g			39.98 g			28.59 g			36.85 g			30.00 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
0.15 g			20.91 g			0.00 g			17.55 g			0.00 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
1.05 g			0.67 g			1.35 g			0.06 g			1.41 g				
1,(6),(7),(10)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			6,(5),(8)			1,(7)				
Vacsora	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Gyümölcsös tea Lecsős tarhonya virslivel			Gyümölcsös tea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel			Gyümölcsös tea Vadas sertésragu Csótésztával			Gyümölcsös tea Hamburger Sült burgonyával					
		Energia: 426.21 Kcal / 1,781.56 KJ			Energia: 404.44 Kcal / 1,690.56 KJ			Energia: 599.77 Kcal / 2,507.04 KJ			Energia: 958.63 Kcal / 4,007.07 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav			
		18.11 g	23.29 g	5.99 g	13.76 g	13.97 g	5.97 g	22.24 g	21.88 g	6.41 g	26.64 g	33.28 g	8.49 g			
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát							
70.01 g			55.34 g			77.60 g			135.72 g							
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor							
19.99 g			19.99 g			20.59 g			27.92 g							
Só			Só			Só			Só							
1.17 g			0.63 g			1.51 g			5.30 g							
1,3			1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)							

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
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója

- 7-tejtermék,laktóz
- 8-diófélék
- 9-zeller
- 10-mustár
- 11-szezám
- 12-kéndioxid-szulfit
- 13-csillagfűrt
- 14-puhatestűek
- 15-mesterséges élesztőszer
- 16-édesgyökér

Eatrend Kft.
 2730 Alkony, Magyar közunk!
 Csoportos előszámla: 1783708-5-13
 Adószám: 14893660-4-13
 Élelmiszervevő