

Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Reggeli	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Delma margarinnal Jégcsapretekkel			Citromos tea Majonéz tonhalkrém(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)			Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma			SZÜNET			ÜNNEPNAP		
		Energia: 315.01 Kcal / 1,316.74 KJ			Energia: 354.88 Kcal / 1,483.40 KJ			Energia: 370.18 Kcal / 1,547.35 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		9.20 g	10.10 g	3.11 g	6.54 g	14.15 g	5.40 g	12.38 g	7.42 g	3.27 g						
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só							
	46.64 g	20.19 g	0.80 g	49.85 g	20.58 g	0.03 g	62.51 g	21.71 g	0.66 g							
Tízórai	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Gyümölcsös tea Puding Kifli(1)			Gyümölcsös tea Kifli(1) Zöldfűszeres kockasajttal (7)			Gyümölcsös tea Zala felvágottas Rozskenyér(1) Margarinnal								
		Energia: 190.87 Kcal / 797.84 KJ			Energia: 265.63 Kcal / 1,110.33 KJ			Energia: 301.61 Kcal / 1,260.73 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		3.89 g	0.31 g	0.10 g	10.23 g	4.61 g	2.44 g	9.79 g	7.81 g	6.79 g						
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só							
	42.80 g	19.99 g	0.41 g	45.20 g	19.99 g	0.79 g	47.79 g	19.99 g	1.30 g							
Ebéd	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Tojásleves(3,1) Füstölt sajtos sertésragu(1,7) Párolt rizsszel			Kertészleves(9) Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)			Üdítő 0,2l-es Rántott sertésszelet(3,1) Zsemle(1) Sajtos pogácsa (3, 1, 7)								
		Energia: 649.74 Kcal / 2,715.91 KJ			Energia: 624.30 Kcal / 2,609.57 KJ			Energia: 2,871.26 Kcal / 12,001.87 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		20.04 g	35.25 g	11.17 g	24.12 g	35.74 g	8.85 g	23.25 g	47.27 g	8.87 g						
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só							
	62.34 g	0.01 g	3.72 g	50.80 g	0.02 g	3.27 g	584.78 g	525.00 g	2.44 g							
Uzsonna	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Meggyes táska(1,7) Kivi			Szendvics sonkás Korpás zsemle(1) Margarinnal Kigyóborkával			Olasz felvágottas Korpás zsemle(1) Delma margarinnal								
		Energia: 402.09 Kcal / 1,680.74 KJ			Energia: 197.02 Kcal / 823.54 KJ			Energia: 271.73 Kcal / 1,135.83 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír						
		4.78 g	18.87 g	4.87 g	11.71 g	2.81 g	1.45 g	8.81 g	13.49 g	4.57 g						
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só							
	51.28 g	20.91 g	0.68 g	31.20 g	0.15 g	1.27 g	28.59 g	0.00 g	1.80 g							
Vacsora	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Cseresznyés tea Paprikás burgonya virslivel Csemege uborkával(15)			Epres tea Bundás kenyér(3,1,7) Fokhagymás tejföllel(7)											
		Energia: 342.25 Kcal / 1,430.61 KJ			Energia: 404.44 Kcal / 1,690.56 KJ											
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír									
		11.85 g	18.03 g	4.74 g	13.76 g	13.97 g	5.97 g									
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só										
	60.88 g	20.01 g	3.43 g	55.34 g	19.99 g	0.63 g										

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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |