

Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
 Reggeli	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Vaníliás tejtital Kifli			Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Rozskenyér Lilahagymával			Tej Gabonagyógyó			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrém Rozskenyér			Meggyes tea Sokmagvas sajtkrém Korpás zsemle			
		Energia: 174.28 Kcal / 728.49 KJ			Energia: 360.51 Kcal / 1,506.93 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 293.71 Kcal / 1,227.71 KJ			Energia: 333.79 Kcal / 1,395.24 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		6.86 g	0.97 g	0.80 g	8.23 g	13.70 g	9.30 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	6.50 g	11.45 g	9.17 g	6.74 g	12.03 g	6.74 g	
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát					
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor					
Só			Só			Só			Só			Só					
33.80 g			50.58 g			19.98 g			43.80 g			40.70 g			49.15 g		
11.00 g			0.50 g			1.09 g			0.00 g			1.23 g			20.01 g		
0.50 g			1.09 g			1.09 g			1.18 g			1.23 g			0.85 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,7			1,7,11					
Tízórai	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Gyümölcsös tea Zöldfűszeres túrókrém Félbarna kenyér			Gyümölcsös tea Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal			Gyümölcsös tea Magyaros vajkrém Zsemle			Gyümölcsös tea Kefir Kifli			Gyümölcsös tea Tzatzikis vajkrém Félbarna kenyér			
		Energia: 265.62 Kcal / 1,110.29 KJ			Energia: 298.95 Kcal / 1,249.61 KJ			Energia: 332.13 Kcal / 1,388.30 KJ			Energia: 256.98 Kcal / 1,074.18 KJ			Energia: 285.08 Kcal / 1,191.63 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		9.05 g	3.08 g	1.55 g	5.62 g	2.58 g	1.07 g	5.58 g	12.38 g	5.93 g	10.69 g	0.51 g	0.21 g	5.96 g	6.98 g	3.29 g	
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát					
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor					
Só			Só			Só			Só			Só					
50.01 g			19.99 g			0.32 g			63.03 g			32.45 g			0.06 g		
0.32 g			0.06 g			0.06 g			0.06 g			0.06 g			0.00 g		
1,7			1,(7),(12)			1,7			1,7			1,7					
Ebéd	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Májgaluskaleves Káposztás tészta Porcukorral			Fokhagymakrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Csemege uborkával Félbarna kenyér			Lebbencsleves Tejfőlés Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával BBQ Sertéssült Tört burgonyával Coleslaw salátával			Tárkonyos csirkeguleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel			
		Energia: 396.85 Kcal / 1,658.83 KJ			Energia: 608.42 Kcal / 2,543.20 KJ			Energia: 684.48 Kcal / 2,861.13 KJ			Energia: 680.72 Kcal / 2,845.41 KJ			Energia: 834.52 Kcal / 3,488.29 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		16.29 g	6.11 g	1.14 g	19.62 g	36.15 g	9.30 g	25.29 g	33.72 g	8.60 g	26.30 g	35.38 g	7.02 g	25.18 g	25.79 g	5.83 g	
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát					
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor					
Só			Só			Só			Só			Só					
69.93 g			79.04 g			0.29 g			68.90 g			3.40 g			4.57 g		
14.03 g			1.94 g			4.61 g			5.99 g			4.57 g			2.57 g		
1.94 g			4.61 g			4.61 g			5.99 g			4.57 g			2.57 g		
1,3,9			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,7,9,15					
Uzsonna	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Delma margarinnal Jégcsapretek			Kifli Kockasajttal			Tavaszi felvágottas Rozskenyér Delma margarinnal Kígyóuborkával			Kakaós csiga Mandarin			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			
		Energia: 252.15 Kcal / 1,053.99 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ			Energia: 235.42 Kcal / 984.06 KJ			Energia: 210.72 Kcal / 880.81 KJ			Energia: 266.85 Kcal / 1,115.43 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		9.53 g	11.94 g	4.39 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g	9.01 g	9.32 g	7.05 g	2.51 g	9.07 g	2.34 g	9.92 g	11.90 g	4.51 g	
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát					
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor					
Só			Só			Só			Só			Só					
26.67 g			4.68 g			1.41 g			23.80 g			0.00 g			1.81 g		
4.68 g			1.41 g			1.81 g			1.24 g			0.32 g			1.32 g		
1,7			1,7			1,7			1,7			1,7					
Vacsora	Losontzi Iskolás 11 - 14 éves	Almás-fahéjas tea Chilis bab Félbarna kenyérral			Csipkebogyós tea Pusztapörkölt			Csipkebogyós tea Mézes-mustáros csirkecomb Párolt rizszel			Citromos tea Borsos tokány Párolt rizszel						
		Energia: 747.94 Kcal / 3,126.39 KJ			Energia: 514.93 Kcal / 2,152.41 KJ			Energia: 541.55 Kcal / 2,263.68 KJ			Energia: 614.39 Kcal / 2,568.15 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				
		29.95 g	23.65 g	6.34 g	16.03 g	22.29 g	6.01 g	27.03 g	12.54 g	2.13 g	18.42 g	25.77 g	7.00 g				
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát								
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor								
Só			Só			Só			Só								
102.10 g			32.03 g			1.60 g			61.11 g			19.99 g			2.09 g		
32.03 g			1.60 g			2.09 g			1.53 g			2.30 g					
1									10,(12)			9,(1)					

Az étlanváltoztatás 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 élesztőszer	

Eatrend Kft.
 2730 Alcsút, Magyar útjánunk!
 Csoportos előszámla: 1783/08-5-13
 Adószám: 14893660-4-13
 Élelmiszervevő