


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felsős Cegléd 11-14 éves	Barackos tea Sárgarépás sajtkrémés Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli Mandarin			Barackos tea Magyaros vajkrémés Rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrémés Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Tej Túró rudi krémés Rozskenyér		
		Energia: 333.87 Kcal / 1,395.58 KJ			Energia: 293.97 Kcal / 1,228.79 KJ			Energia: 370.42 Kcal / 1,548.36 KJ			Energia: 348.57 Kcal / 1,457.02 KJ			Energia: 299.22 Kcal / 1,250.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.81 g	10.88 g	5.03 g	11.54 g	3.61 g	1.75 g	7.02 g	13.12 g	10.32 g	6.39 g	14.41 g	5.77 g	16.28 g	6.16 g	7.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.68 g	24.98 g	0.46 g	53.21 g	9.99 g	0.68 g	55.53 g	24.98 g	0.70 g	47.89 g	20.73 g	0.60 g	44.30 g	2.83 g	0.99 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)				
Ebéd	Iskola felsős Cegléd 11-14 éves	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Lencseleves Dejós tészta Alma			Póréhagyma-krémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 880.05 Kcal / 3,678.61 KJ			Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ			Energia: 723.73 Kcal / 3,025.19 KJ			Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ			Energia: 743.69 Kcal / 3,108.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.83 g	36.14 g	9.26 g	24.51 g	32.81 g	7.56 g	28.90 g	19.71 g	3.26 g	24.12 g	16.34 g	4.61 g	30.73 g	31.30 g	10.67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114.74 g	31.97 g	4.96 g	71.24 g	19.99 g	2.01 g	106.24 g	10.49 g	1.49 g	46.64 g	0.05 g	5.81 g	89.20 g	20.10 g	2.84 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,4,7,(6),(12)				
Uzsonna	Iskola felsős Cegléd 11-14 éves	Csokoládékrémés rúd			Mátrai diákcsomag Rozskenyér Delma margarinnal Paprikával			Sajtkrémés rúd			Csirkemellsonkás Zsemle Delma margarinnal			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 220.03 Kcal / 919.73 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 204.45 Kcal / 854.60 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
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	9.66 g	6.32 g	5.95 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	9.80 g	5.09 g	1.40 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
19.66 g	0.00 g	1.38 g	31.02 g	0.00 g	1.22 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.76 g	0.00 g	0.73 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,(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-soja	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Eatrend Kft.
 2780 Alhosszra, Perli út 65.
Jó ételgyártók vagyunk!
 Csoportos adószám: 1783208-5-13
 Adószám: 11893560-4-13
 Élelmiszevizsgáló