


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Losontzi Óvodás 4 - 6 éves	Gyümölcsös tea Puding Kifli			Gyümölcsös tea Fokhagymás felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Gyümölcsös tea Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér			Gyümölcsös tea Margarinos Félbarna kenyér Főtt tojáskarikákkal			Gyümölcsös tea Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal		
		Energia: 150.07 Kcal / 627.29 KJ			Energia: 267.30 Kcal / 1,117.31 KJ			Energia: 259.00 Kcal / 1,082.62 KJ			Energia: 233.38 Kcal / 975.53 KJ			Energia: 226.34 Kcal / 946.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.83 g	0.29 g	0.10 g	8.20 g	8.72 g	3.36 g	5.96 g	8.56 g	4.04 g	8.16 g	4.96 g	1.69 g	9.90 g	2.84 g	1.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.80 g	9.99 g	0.41 g	38.83 g	9.99 g	0.90 g	39.17 g	9.99 g	0.00 g	38.89 g	9.99 g	0.13 g	40.17 g	9.99 g	0.52 g		
1,(7)		1,(7)		1,7		1,3,(7)		1,(7)								
Ebéd	Losontzi Óvodás 4 - 6 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: 587.33 Kcal / 2,455.04 KJ			Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ			Energia: 605.59 Kcal / 2,531.37 KJ			Energia: 410.66 Kcal / 1,716.56 KJ			Energia: 600.58 Kcal / 2,510.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.57 g	28.44 g	7.39 g	20.90 g	23.66 g	6.34 g	23.56 g	16.03 g	2.52 g	20.36 g	14.10 g	3.88 g	25.29 g	23.60 g	9.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.53 g	3.00 g	2.10 g	52.24 g	12.00 g	0.69 g	90.50 g	10.49 g	5.06 g	40.45 g	0.04 g	4.62 g	74.75 g	16.40 g	6.24 g		
1,3,7,9		1,3,7		1,3,7,8,10,(5),(12)		1,7,(3),(6),(10),(12)		1,3,4,7,9,(6),(12)								
Uzsonna	Losontzi Óvodás 4 - 6 éves	Csokoládékrémes rúd			Mátrai diákcsemegés Rozskenyér Delma margarinnal Paprikával			Sajtkrémes rúd			Csirkemellsonkás Zsemle Delma margarinnal			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 210.07 Kcal / 878.09 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 193.40 Kcal / 808.41 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 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	8.48 g	5.88 g	5.81 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.10 g	4.81 g	1.31 g	7.94 g	6.53 g	3.82 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	30.71 g	0.00 g	1.06 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.34 g	0.00 g	0.52 g	23.30 g	0.00 g	1.11 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 Alkotás, Perli út 65.
 Csoportos előszám: 1783208-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 Élelmezésvetítő