


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Karamellás tej Vajas kifli	Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Lilahagymával	Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrém Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Rozskenyér Kígyóborkával	Vaníliás tej Natúr vajkrém Kifli										
		Energia: 320.07 Kcal / 1,337.89 KJ	Energia: 320.39 Kcal / 1,339.23 KJ	Energia: 280.21 Kcal / 1,171.28 KJ	Energia: 309.35 Kcal / 1,293.08 KJ	Energia: 325.05 Kcal / 1,358.71 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.59 g	10.28 g	5.11 g	6.75 g	8.65 g	4.05 g	6.47 g	8.67 g	3.57 g	8.24 g	7.86 g	7.14 g	11.07 g	11.28 g	5.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.92 g	12.49 g	0.68 g	53.43 g	19.98 g	0.00 g	43.45 g	10.00 g	0.34 g	51.16 g	20.09 g	0.93 g	44.42 g	9.99 g	0.68 g		
1,7		1,7		1,7		1,3,7,10,(12)			1,7							
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Magyaros gombaleves Kapros-tejfölös tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral	Grízgaluska leves Sajtós zöldborsós sertésragu Párolt rizszel	Fejtett bableves Mákos piskóta Vanília sodóval	Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral	Zselici húsosleves Burgonyás tészta Céklasalátával										
		Energia: 496.72 Kcal / 2,076.29 KJ	Energia: 533.37 Kcal / 2,229.49 KJ	Energia: 674.53 Kcal / 2,819.54 KJ	Energia: 558.20 Kcal / 2,333.28 KJ	Energia: 381.63 Kcal / 1,595.21 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.49 g	23.80 g	6.90 g	16.54 g	24.45 g	0.82 g	15.82 g	21.63 g	1.21 g	27.79 g	20.13 g	5.23 g	16.35 g	10.75 g	2.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.78 g	7.00 g	1.48 g	61.28 g	0.01 g	1.65 g	103.26 g	2.41 g	1.35 g	65.79 g	0.00 g	1.93 g	54.24 g	3.21 g	2.18 g		
1,3,7		1,3,7,9		1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(12)						
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóborkával	Csokis puding Keksz	Olasz felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával	Gesztenyés rúd	Baromfi párizsis Korpás kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel										
		Energia: 201.38 Kcal / 841.77 KJ	Energia: 134.68 Kcal / 562.96 KJ	Energia: 244.34 Kcal / 1,021.34 KJ	Energia: 150.72 Kcal / 630.01 KJ	Energia: 191.82 Kcal / 801.81 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.85 g	5.81 g	2.21 g	2.45 g	3.30 g	0.61 g	8.92 g	8.84 g	3.37 g	1.40 g	4.65 g	0.92 g	6.54 g	6.02 g	2.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.21 g	2.75 g	0.93 g	23.64 g	4.56 g	0.19 g	32.19 g	0.00 g	0.90 g	25.55 g	17.55 g	0.05 g	27.93 g	3.12 g	1.23 g		
1,(6),(7),(10)		1,(3),(5),(7),(8)		1,(7)		6,(5),(8)			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-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 27.