


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Barackos tea Sárgarépás sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó Szilvalekváros Kifli	Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Paprikával	Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Túró Rudi krém Korpás kenyérral										
		Energia: 292.88 Kcal / 1,224.24 KJ	Energia: 269.55 Kcal / 1,126.72 KJ	Energia: 293.61 Kcal / 1,227.29 KJ	Energia: 317.05 Kcal / 1,325.27 KJ	Energia: 258.47 Kcal / 1,080.40 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.12 g	7.52 g	3.32 g	10.88 g	3.30 g	1.74 g	5.26 g	8.54 g	3.87 g	6.27 g	10.38 g	3.88 g	12.52 g	4.65 g	2.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.75 g	19.98 g	0.34 g	48.80 g	15.39 g	0.69 g	48.52 g	19.98 g	0.70 g	49.20 g	20.38 g	0.59 g	41.32 g	2.83 g	0.98 g		
1,7		1,7,(12)		1,7		1,3,7,10,(12)		1,7,(5),(8)								
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Paradicsomleves Betűtésztaival Csikós tokány Párolt bulgurral	Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült virslivel Félbarna kenyérral	Lencseleves Dejós tészta	Póréhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel	Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajszóráttal										
		Energia: 581.71 Kcal / 2,431.55 KJ	Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ	Energia: 553.41 Kcal / 2,313.25 KJ	Energia: 410.66 Kcal / 1,716.56 KJ	Energia: 626.70 Kcal / 2,619.61 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.81 g	29.00 g	7.49 g	20.90 g	23.66 g	6.34 g	22.96 g	15.43 g	2.52 g	20.36 g	14.10 g	3.88 g	26.50 g	26.75 g	9.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.87 g	3.00 g	3.00 g	52.24 g	12.00 g	0.69 g	80.00 g	10.49 g	5.04 g	40.45 g	0.04 g	4.62 g	73.04 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,(6),(12)								
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Vaníliakrémes rúd	Mátrai diákcsomag Korpás zsemle Margarinnal Paprikával	Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal	Sajtkrémes rúd Alma	Kockasajt Korpás kiflivel Jégcsapretekkel										
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 174.82 Kcal / 730.75 KJ	Energia: 176.01 Kcal / 735.72 KJ	Energia: 184.87 Kcal / 772.76 KJ	Energia: 204.16 Kcal / 853.39 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.12 g	3.25 g	1.32 g	8.10 g	2.91 g	1.21 g	8.23 g	2.55 g	3.61 g	9.74 g	7.04 g	3.80 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	29.27 g	0.00 g	0.90 g	29.34 g	0.00 g	0.55 g	37.48 g	0.00 g	1.70 g	25.31 g	3.12 g	1.27 g		
1,7,(3),(6),(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-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

**Eatrend Kft.**  
2730 Albertirsa, Pestúti út 65.  
Csoportos rendelés szám: 17783408-5-13  
Adószám: 14893560-4-13  
27.