


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Te Mézes Margarinos Korpás kifli			Csipkebogyós tea Kenőmájjasos Rozskenyér Salátalevéllal Alma			Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikákkal		
		Energia: 340.39 Kcal / 1,422.83 KJ			Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ			Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ			Energia: 326.71 Kcal / 1,365.65 KJ			Energia: 263.09 Kcal / 1,099.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.97 g	8.57 g	8.10 g	4.83 g	9.15 g	3.40 g	12.18 g	5.77 g	2.60 g	9.16 g	6.78 g	6.54 g	7.16 g	4.86 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.33 g	27.98 g	0.70 g	38.09 g	10.40 g	0.72 g	42.98 g	8.10 g	0.89 g	56.61 g	19.99 g	0.93 g	47.49 g	19.98 g	0.83 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Cheddaros sajtkrémleves Pirított kenyérkockával Tavaszi sertésragu Bulgurral Alma			Májgaluskaleves Fahéjas csiga			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklekvárral Porcukor szóráttal			Rántott leves Pirított kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 604.62 Kcal / 2,527.31 KJ			Energia: 358.96 Kcal / 1,500.45 KJ			Energia: 430.00 Kcal / 1,797.40 KJ			Energia: 581.38 Kcal / 2,430.17 KJ			Energia: 481.04 Kcal / 2,010.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.95 g	29.03 g	9.30 g	10.74 g	5.75 g	0.25 g	14.85 g	19.24 g	6.57 g	20.45 g	7.19 g	1.41 g	22.53 g	18.76 g	5.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
65.95 g	0.04 g	2.44 g	66.74 g	0.03 g	0.50 g	49.07 g	8.01 g	1.45 g	106.79 g	17.12 g	1.18 g	55.03 g	0.02 g	4.93 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,(12)			1,3,7				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Csokis puding Keksz			Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Póréhagymakarikával			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Sonkás-kukoricás pizzaszelet			Kockasajt Kiflivel Paprikával		
		Energia: 134.68 Kcal / 562.96 KJ			Energia: 219.42 Kcal / 917.18 KJ			Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ			Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 KJ			Energia: 189.49 Kcal / 792.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2.45 g	3.30 g	0.61 g	8.52 g	6.28 g	2.46 g	10.57 g	2.91 g	1.38 g	15.36 g	10.92 g	0.00 g	8.24 g	6.61 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
23.64 g	4.56 g	0.19 g	32.16 g	0.00 g	0.52 g	33.21 g	0.11 g	0.53 g	28.48 g	0.00 g	0.00 g	24.05 g	0.00 g	1.11 g		
1,(3),(5),(7),(8)			1,(7)			1,(7)			1,3,7			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, Pestli út 65.  
 Csoportos előfizetés: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 27.