


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Eger Iskola felső 11-14 éves	Kakaó Vajas molnárika			Csipkebogyós tea Eatrendes tepertőkrém Korpás kenyér Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Csicsereborsókrémes Rozskenyér Körte			Tej Barackleváros Korpás kenyér Margarinnal			Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 325.14 Kcal / 1,359.09 Kj			Energia: 342.27 Kcal / 1,430.69 Kj			Energia: 382.31 Kcal / 1,598.06 Kj			Energia: 301.23 Kcal / 1,259.14 Kj			Energia: 332.24 Kcal / 1,388.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		12.67 g	8.02 g	3.71 g	6.66 g	13.10 g	5.16 g	7.89 g	9.33 g	8.39 g	10.84 g	5.36 g	2.53 g	8.39 g	11.33 g	6.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.40 g	12.39 g	0.89 g	48.96 g	19.99 g	1.14 g	65.39 g	32.03 g	0.91 g	52.22 g	12.46 g	1.03 g	48.70 g	19.98 g	0.46 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,4,7				
Ebéd	Eger Iskola felső 11-14 éves	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Félbarna kenyérral Céklasalátával			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával			Palócleves Tejberizs Gyümölcsraguval			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Pásztortarhonya Házi káposztasalátával		
		Energia: 463.91 Kcal / 1,939.14 Kj			Energia: 433.79 Kcal / 1,813.24 Kj			Energia: 615.43 Kcal / 2,572.50 Kj			Energia: 581.24 Kcal / 2,429.58 Kj			Energia: 676.48 Kcal / 2,827.69 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		18.13 g	27.82 g	9.06 g	17.51 g	9.75 g	2.25 g	19.05 g	14.66 g	4.20 g	22.75 g	30.65 g	7.07 g	25.94 g	26.65 g	7.67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.89 g	5.11 g	4.09 g	68.67 g	3.07 g	2.78 g	100.18 g	24.73 g	2.69 g	53.03 g	1.05 g	2.71 g	81.98 g	8.02 g	3.94 g		
1,3,7,9,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,9			1,7,9			1,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Eger Iskola felső 11-14 éves	Szendvics sonkás Rozskenyér Margarinnal Sós-karamellás zabrudi			Helybensült csokoládékrémes rúd Mandarin			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal			Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Helybensült kajszibarackos háromszög		
		Energia: 210.77 Kcal / 881.02 Kj			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 228.02 Kcal / 953.12 Kj			Energia: 225.06 Kcal / 940.75 Kj			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		12.72 g	3.50 g	5.58 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	3.45 g	9.99 g	7.68 g	4.41 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.04 g	0.00 g	1.45 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.55 g	0.00 g	0.72 g	28.92 g	0.00 g	0.52 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)				

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-csillagfűt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17787408-5-13...
 Adószám: 14892560-4-18
 20.