

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Eger Iskola felső 11-14 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájásos Rozskenyér Salátalevéllal	Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal
		Energia: 397.02 Kcal / 1,659.54 KJ	Energia: 309.96 Kcal / 1,295.63 KJ	Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ	Energia: 341.10 Kcal / 1,425.80 KJ	Energia: 281.42 Kcal / 1,176.34 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
		7.09 g 12.54 g 10.03 g	5.09 g 13.96 g 5.23 g	12.22 g 5.77 g 2.60 g	10.31 g 9.25 g 7.55 g	6.85 g 4.80 g 1.52 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		62.63 g 32.03 g 0.70 g	40.46 g 12.60 g 0.73 g	51.08 g 16.20 g 0.89 g	53.65 g 19.99 g 1.04 g	52.47 g 24.98 g 0.83 g
		1,7	1,3,4,7,10	1,7	1,(6),(7),(10)	1,3,(7)
Ebéd	Eger Iskola felső 11-14 éves	Cheddaros sajtkrémleves Nachossal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta	Magyaros karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Alma	Rántott leves Pirított kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával
		Energia: 759.65 Kcal / 3,175.34 KJ	Energia: 614.00 Kcal / 2,566.52 KJ	Energia: 677.37 Kcal / 2,831.41 KJ	Energia: 628.47 Kcal / 2,627.00 KJ	Energia: 657.79 Kcal / 2,749.56 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
		23.54 g 39.73 g 12.64 g	26.81 g 14.20 g 6.45 g	22.85 g 26.52 g 7.38 g	23.70 g 13.23 g 3.75 g	28.50 g 28.01 g 7.45 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		74.42 g 0.05 g 2.04 g	95.15 g 33.45 g 1.97 g	85.95 g 15.02 g 2.77 g	102.84 g 38.66 g 1.63 g	72.28 g 0.04 g 1.53 g
		1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7	1,3,7
Uzsonna	Eger Iskola felső 11-14 éves	Helybensült kakaós csiga	Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Kaliforniai Paprika	Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóuborkával	Helybensült sonkás- kukoricas pizza	Kifli Kockasajttal
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ	Energia: 227.12 Kcal / 949.36 KJ	Energia: 215.60 Kcal / 901.21 KJ	Energia: 308.62 Kcal / 1,290.03 KJ	Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 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
		1.81 g 8.77 g 2.34 g	8.57 g 7.90 g 3.10 g	12.89 g 3.06 g 1.50 g	12.49 g 9.99 g 3.02 g	12.12 g 12.78 g 7.54 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		19.20 g 10.04 g 0.32 g	30.37 g 0.00 g 0.80 g	34.08 g 0.15 g 0.76 g	42.00 g 0.10 g 1.30 g	23.80 g 0.00 g 1.81 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!


 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-6-13
 Adószám: 14592560-4-13
 20.