


Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Natúr vajkrém(7) Kígyóborkával			Citromos tea Majonézes tonhalkrém(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1) Helybensült gesztenyés rúd(6) Körte			Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma Diákcsemegés Zsemle(1) Margarinnal			SZÜNET			ÜNNEPNAP		
		Energia: 405.97 Kcal / 1,696.95 KJ			Energia: 598.02 Kcal / 2,499.72 KJ			Energia: 567.61 Kcal / 2,372.61 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv						
		10.44 g	18.27 g	8.16 g	9.03 g	19.30 g	6.33 g	19.36 g	13.55 g	5.66 g						
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só		
49.39 g			20.14 g	0.77 g	96.01 g			38.13 g	0.09 g	91.06 g			21.71 g	1.25 g		
Tízórai	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Margarinnal Jégcsapretekkel			Citromos tea Majonézes tonhalkrém(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)			Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma								
		Energia: 309.45 Kcal / 1,293.50 KJ			Energia: 367.81 Kcal / 1,537.45 KJ			Energia: 370.18 Kcal / 1,547.35 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv						
		9.67 g	8.26 g	3.01 g	7.03 g	14.20 g	5.41 g	12.38 g	7.42 g	3.27 g						
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só		
48.98 g			20.19 g	0.83 g	52.46 g			20.58 g	0.03 g	62.51 g			21.71 g	0.66 g		
Ebéd	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Tojásleves(3,1) Füstölt sajtos sertésragu(1,7) Párolt rizszel			Kertészleves(9) Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)			Tejszínes-fahéjas szilvakrémleves(1,7) Rántott sertésszelet(3,1) Burgonyapürével(7)								
		Energia: 687.57 Kcal / 2,874.04 KJ			Energia: 624.70 Kcal / 2,611.25 KJ			Energia: 889.36 Kcal / 3,717.52 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv						
		20.59 g	39.10 g	13.46 g	24.14 g	35.74 g	8.85 g	24.12 g	42.94 g	8.54 g						
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só		
62.54 g			0.01 g	3.84 g	50.87 g			0.02 g	3.27 g	99.30 g			27.58 g	3.12 g		
Uzsonna	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Helyben sült meggyes táska(1,7)			Szendvics sonkás Korpás zsemle(1) Margarinnal Kígyóborkával			Olasz felvágottas Korpás zsemle(1) Margarinnal								
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 197.02 Kcal / 823.54 KJ			Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv						
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	11.71 g	2.81 g	1.45 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g						
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só		
39.98 g			20.91 g	0.67 g	31.20 g			0.15 g	1.27 g	28.59 g			0.00 g	1.83 g		
Vacsora	726 Eger Iskolás 11-14 éves	Gyümölcsös tea Paprikás burgonya Félbarna kenyérral(1) Csemege uborkával(15)			Gyümölcsös tea Bundás kenyér(3,1,7) Fokhagymás tejföllel(7)			Gyümölcsös tea Kolbászos lecsó Tarhonyával(3,1)								
		Energia: 342.10 Kcal / 1,429.98 KJ			Energia: 404.44 Kcal / 1,690.56 KJ			Energia: 671.47 Kcal / 2,806.74 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv						
		11.80 g	18.02 g	4.74 g	13.76 g	13.97 g	5.97 g	21.74 g	30.05 g	7.78 g						
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só		
60.88 g			20.01 g	3.43 g	55.34 g			19.99 g	0.63 g	77.61 g			19.99 g	5.24 g		

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-esillagfűrt	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.
 27/3. Albertira. Postai út 65.
 Csopottos közszolg. 1778-408-13
 Adószám: 16816014-19
 20.