


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola	Túró Rudi Kifli			Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyérrrel Póréhagymakarikával			Csicseriborsókrémes Rozskenyér Körte			Baracklekváros Margarinós Korpás kenyér			Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 177.84 Kcal / 743.37 KJ			Energia: 260.32 Kcal / 1,088.14 KJ			Energia: 327.90 Kcal / 1,370.62 KJ			Energia: 204.17 Kcal / 853.43 KJ			Energia: 273.31 Kcal / 1,142.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.69 g	3.48 g	1.82 g	6.45 g	13.06 g	0.00 g	8.23 g	9.73 g	8.01 g	4.04 g	2.36 g	0.90 g	6.58 g	14.30 g	4.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.60 g	3.00 g	0.42 g	28.96 g	0.00 g	0.70 g	51.29 g	0.00 g	0.86 g	41.62 g	12.46 g	0.76 g	29.22 g	0.00 g	0.12 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,(7),(12)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Félbarna kenyérrrel Céklasalátával			Csontleves Toscan paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajtzórattal			Palócleves Tejberizs Gyümölcsraguval			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérbarkával Páztortarhonya Házi káposztasalátával		
		Energia: 541.50 Kcal / 2,263.47 KJ			Energia: 505.25 Kcal / 2,111.95 KJ			Energia: 568.46 Kcal / 2,376.16 KJ			Energia: 565.91 Kcal / 2,365.50 KJ			Energia: 676.48 Kcal / 2,827.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.07 g	28.12 g	8.59 g	22.50 g	15.24 g	3.95 g	18.46 g	14.06 g	2.91 g	22.12 g	25.99 g	8.04 g	25.94 g	26.65 g	4.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
78.58 g	5.11 g	5.14 g	69.11 g	0.04 g	1.97 g	90.95 g	0.01 g	1.87 g	60.46 g	12.04 g	4.92 g	81.98 g	5.03 g	3.39 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,7,9			1,7			1,9			1,3,7				
Uzsonna	Iskola	Szendvicssonkás Rozskenyér Margarinnal Sós-karamellás zabrudi			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal			Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Helyben sült 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: 228.89 Kcal / 956.76 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.72 g	3.50 g	5.20 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	3.45 g	10.29 g	7.98 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	1.39 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.55 g	0.00 g	0.72 g	28.90 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-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 Albertfata, Felső u. 65
 Cégnyilvántartási szám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893580-4-13
 45.