


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola	Sárgarépás sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér			Poharas gyümölcsös joghurt Kiflivel			Magyaros vajkrém Korpás kenyér			Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborkával			Túró Rudi krém Korpás kenyérral		
		Energia: 243.68 Kcal / 1,018.58 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 243.00 Kcal / 1,015.74 KJ			Energia: 279.07 Kcal / 1,166.51 KJ			Energia: 176.76 Kcal / 738.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.07 g	10.90 g	0.04 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	4.69 g	12.36 g	5.80 g	6.73 g	14.44 g	6.45 g	7.36 g	2.44 g	1.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.03 g	0.00 g	0.08 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	27.96 g	0.00 g	0.70 g	30.24 g	3.30 g	0.62 g	31.12 g	2.89 g	0.72 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)				
Ebéd	Iskola	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült virslivel Félbarna kenyérral			Lencseleves Dejós tészta Alma			Póréhagymakrémleves Pírt kenyérbarkával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajtszórával		
		Energia: 880.05 Kcal / 3,678.61 KJ			Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ			Energia: 723.73 Kcal / 3,025.19 KJ			Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ			Energia: 721.15 Kcal / 3,014.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.83 g	36.14 g	9.17 g	24.51 g	32.81 g	6.11 g	28.90 g	19.71 g	2.43 g	24.12 g	16.34 g	2.94 g	29.79 g	27.97 g	10.67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114.74 g	31.97 g	4.89 g	71.24 g	19.99 g	2.00 g	106.24 g	10.49 g	0.94 g	46.64 g	0.02 g	3.78 g	91.92 g	20.00 g	2.84 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,4,7,9,(6),(12)				
Uzsonna	Iskola	Helyben sült vaníliakrém táska			Mátrai diákcsemegés Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült sajtkrém rúd			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal			Kockasajt Korpás kiflivel		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 177.24 Kcal / 740.86 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 187.06 Kcal / 781.91 KJ			Energia: 276.65 Kcal / 1,156.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.54 g	3.70 g	1.33 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	9.80 g	3.19 g	1.30 g	13.70 g	13.27 g	7.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.44 g	0.00 g	1.25 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.76 g	0.00 g	0.76 g	25.28 g	0.00 g	1.96 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!

Eatrend Kft
2730 Albertfata, Fesli u. 65
Céginformációs adataink: 17783408-5-13
Adószám: 14893580-4-13
45.