


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Kakaó Kifli Margarinnal Alma			Citromos tea Tonhalkrémés Rozskenyér Kígyóborkával Sárgabarackos zabrudi			Meggyes tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ			Energia: 338.48 Kcal / 1,414.85 KJ			Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ			Energia: 371.20 Kcal / 1,551.62 KJ			Energia: 260.99 Kcal / 1,090.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.64 g	11.12 g	8.22 g	10.84 g	3.31 g	1.75 g	7.56 g	14.72 g	10.01 g	6.77 g	4.79 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	52.43 g	19.99 g	0.71 g	43.41 g	9.99 g	0.68 g	51.62 g	24.43 g	0.74 g	47.48 g	19.99 g	0.83 g		
1,7			1			1,7			1,3,4,7,10			1,3,(7)				
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves A	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Erőleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Rántott leves Pirított kenyérkockával Sajtos-tejszínes csirkeragu Párolt rizszel			Kerti zöldségleves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával			Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral		
		Energia: 724.68 Kcal / 3,029.16 KJ			Energia: 631.67 Kcal / 2,640.38 KJ			Energia: 842.43 Kcal / 3,521.36 KJ			Energia: 699.95 Kcal / 2,925.79 KJ			Energia: 1,048.24 Kcal / 4,381.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		29.52 g	34.97 g	11.41 g	18.55 g	26.08 g	3.36 g	26.85 g	40.06 g	11.32 g	29.86 g	29.88 g	8.41 g	27.07 g	50.32 g	8.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.86 g	2.31 g	2.32 g	81.13 g	20.04 g	0.86 g	92.23 g	0.04 g	1.61 g	77.71 g	0.66 g	3.26 g	120.83 g	23.25 g	1.93 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(12)				
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves B	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Lecsós sertésragu Tarhonyával			Erőleves Burgonyapüré Húsgolyóval			Rántott leves Pirított kenyérkockával Paradicsomos húsoskáposzta Félbarna kenyérrrel			Kerti zöldségleves Hagymás tört burgonya Reszelt májjal			Lencseleves Rizsfelfűjt Baracklevárral		
		Energia: 869.86 Kcal / 3,636.01 KJ			Energia: 702.88 Kcal / 2,938.04 KJ			Energia: 637.75 Kcal / 2,665.80 KJ			Energia: 485.37 Kcal / 2,028.85 KJ			Energia: 911.84 Kcal / 3,811.49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		28.22 g	49.98 g	13.26 g	22.92 g	37.61 g	8.93 g	20.83 g	33.38 g	7.36 g	22.67 g	15.31 g	3.33 g	30.32 g	18.36 g	5.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.58 g	0.28 g	4.49 g	66.61 g	0.00 g	3.03 g	62.07 g	1.04 g	1.47 g	63.53 g	0.06 g	5.00 g	155.32 g	53.06 g	1.75 g		
1,3,7,9			1,3,7,9			1,9			1,3,7,9			1,3,7,10,(12)				
Uzsonna	Iskola felső 11-14 éves	Kenőmájjasos Korpás kifli Kígyóborkával			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Sajt szeletes Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Helybensült rácsos túrós táska			Diáksemegés Zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 234.21 Kcal / 979.00 KJ			Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ			Energia: 229.85 Kcal / 960.77 KJ			Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ			Energia: 204.29 Kcal / 853.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		9.68 g	8.93 g	3.36 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	10.80 g	8.05 g	4.32 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.40 g	6.24 g	2.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.51 g	3.85 g	0.91 g	28.59 g	0.00 g	1.38 g	28.47 g	0.00 g	0.54 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	29.60 g	0.00 g	0.59 g		
1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,3,6,7,(8),(11),(12)			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-csilagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szszám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2737 Albertirsza, Pésti út 65.
 Csepel-kerület, Budapest 1173
 Adószám: 25215833-4-13
Élelmészvezető