


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola felső 11-14 éves</b>	Citromos tea Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal	Tej Kifli	Meggyes tea Sült hagymakrémes Félbarna kenyér	Kakaó Kalács	Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Jégcsapretekkel										
		Energia: 294.65 Kcal / 1,231.64 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 272.15 Kcal / 1,137.59 KJ	Energia: 379.49 Kcal / 1,586.27 KJ	Energia: 274.39 Kcal / 1,146.95 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.81 g	8.55 g	3.19 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.52 g	8.29 g	3.71 g	14.06 g	9.33 g	4.24 g	6.88 g	9.12 g	8.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.41 g	19.98 g	1.60 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	42.49 g	9.99 g	0.25 g	59.51 g	14.19 g	0.90 g	40.88 g	13.12 g	0.71 g		
1,(7)		1,7		1,7		1,3,7		1,7								
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola felső 11-14 éves</b>	Sárgaborsókrémléves Kolbászmorzával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyesvágottal	Magyaros csipetkeleves Tököfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral	Húsgaluskafeves Mákos tészta Alma	Paradicsomleves Betűtésztával Burgonyapüré Zöldséges pulykavagdalttal	Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel										
		Energia: 618.43 Kcal / 2,585.04 KJ	Energia: 378.36 Kcal / 1,581.54 KJ	Energia: 501.74 Kcal / 2,097.27 KJ	Energia: 573.35 Kcal / 2,396.60 KJ	Energia: 467.29 Kcal / 1,953.27 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.77 g	25.87 g	7.05 g	16.41 g	26.16 g	8.02 g	16.64 g	12.04 g	2.81 g	29.01 g	21.46 g	6.86 g	16.40 g	21.80 g	6.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.04 g	0.05 g	5.55 g	53.23 g	7.00 g	3.29 g	80.79 g	19.99 g	5.67 g	65.18 g	3.00 g	3.09 g	50.79 g	0.01 g	1.06 g		
1,3,9,15,(10),(12)		1,3,7,9		1,3,9		1,3,7,9		1,3,7,9								
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola felső 11-14 éves</b>	Helyben sült vaníliás táska	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborkával	Diákcsmegégés Korpás zsemle Margarinnal	Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllel	Helyben sült sajtos pogácsa Suli szelet										
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 214.33 Kcal / 895.90 KJ	Energia: 182.92 Kcal / 764.61 KJ	Energia: 187.53 Kcal / 783.88 KJ	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 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	8.47 g	6.18 g	2.25 g	6.22 g	4.87 g	1.94 g	6.71 g	5.56 g	2.07 g	2.46 g	13.10 g	3.58 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	30.98 g	2.75 g	0.31 g	28.53 g	0.00 g	0.89 g	27.64 g	0.00 g	1.16 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g		
1,7,(3),(6),(12)		1,(6),(7),(10)		1,(7)		1,(7)		1,3,7								

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

3-tojás

5-földimogyoró

7-tejtermék,laktóz

9-zeller

11-szezám

13-csillagfűrt

15-mesterségesédesítőszer

2-rák

4-hal

6-szója

8-diófélék

10-mustár

12-kéndioxid-szulfid

14-puhatestűek

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
Céginformációs adataink: 17783498-5-13  
Adószám: 1483560-4-13

.....  
Élelmésvetető