


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Isaszeg Gábor Dénes Óvoda 4-6 éves</b>	Kakaó Kifli Alma			Csipkebogyó tea Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyér Póréhagymakarikával Banán			Almás-fahéjas tea Csicseriborsó krémes Rozskenyér Körte			Tej Barackleváros Korpás kenyér Margarinnal Alma			Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Körte		
		Energia: 267.75 Kcal / 1,119.20 KJ			Energia: 363.75 Kcal / 1,520.48 KJ			Energia: 368.42 Kcal / 1,540.00 KJ			Energia: 293.20 Kcal / 1,225.58 KJ			Energia: 340.64 Kcal / 1,423.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.99 g	3.54 g	1.74 g	6.57 g	9.17 g	3.59 g	7.88 g	7.10 g	7.23 g	11.03 g	5.60 g	2.53 g	6.72 g	9.71 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.60 g	9.99 g	0.69 g	63.02 g	19.99 g	0.95 g	67.63 g	27.98 g	0.91 g	49.29 g	6.23 g	1.04 g	56.04 g	20.38 g	0.10 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>Isaszeg Gábor Dénes Óvoda 4-6 éves</b>	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával			Csontleves Cérumetéllel Toscan paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajt szóráttal			Palócleves Tejberizs Gyümölcsraguval			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pirított kenyérkockával Pásztortarhonya Házi káposztasalátával		
		Energia: 363.46 Kcal / 1,519.26 KJ			Energia: 631.55 Kcal / 2,639.88 KJ			Energia: 419.82 Kcal / 1,754.85 KJ			Energia: 520.96 Kcal / 2,177.61 KJ			Energia: 589.99 Kcal / 2,466.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14.29 g	21.95 g	7.27 g	27.49 g	22.25 g	7.89 g	13.59 g	10.43 g	3.15 g	18.92 g	25.19 g	5.86 g	22.25 g	23.13 g	6.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.29 g	3.49 g	2.99 g	79.74 g	5.08 g	5.40 g	67.17 g	17.00 g	1.95 g	54.25 g	9.05 g	3.44 g	72.22 g	8.01 g	3.10 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,7,9			1,7			1,9			1,3,7				
<b>Uzsonna</b>	<b>Isaszeg Gábor Dénes Óvoda 4-6 éves</b>	Szendvicssonkás Rozskenyér Margarinnal			Helybensült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal			Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Helybensült kajszibarackos háromszög		
		Energia: 197.76 Kcal / 826.64 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 221.90 Kcal / 927.54 KJ			Energia: 228.68 Kcal / 955.88 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.50 g	3.36 g	5.53 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.84 g	7.18 g	2.69 g	10.28 g	7.98 g	4.60 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
31.34 g	0.00 g	1.22 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	31.41 g	0.00 g	0.46 g	28.87 g	0.00 g	0.61 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](mailto:minosegbiztositas@eatrend.hu); 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- |          |                |                    |                      |                            |               |
|----------|----------------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal          | 7-tejtermék,laktóz | 10-mustár            | 13-csillagfűrt             | 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.**  
 2430 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Cégjegyzékszám: 17783408-5-13  
 Adószám: 1482550-4-13

Élelmezésvezető