


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felsős 11-14 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcs tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyó tea Kenőmájas Rozskenyér Salátalevéllal Alma			Barackos tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 340.39 Kcal / 1,422.83 KJ			Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ			Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ			Energia: 326.71 Kcal / 1,365.65 KJ			Energia: 263.09 Kcal / 1,099.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.97 g	8.57 g	8.10 g	4.83 g	9.15 g	3.40 g	12.18 g	5.77 g	2.60 g	9.16 g	6.78 g	6.54 g	7.16 g	4.86 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.33 g	27.98 g	0.70 g	38.09 g	10.40 g	0.72 g	42.98 g	8.10 g	0.89 g	56.61 g	19.99 g	0.93 g	47.49 g	19.98 g	0.83 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 éves	Cheddaros sajtkrémleves Pírtott kenyérbakkal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Alma			Májgaluskaleves Mákos tészta			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szórát			Rántott leves Pírtott kenyérbakkal Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 837.69 Kcal / 3,501.54 KJ			Energia: 378.63 Kcal / 1,582.67 KJ			Energia: 514.39 Kcal / 2,150.15 KJ			Energia: 480.10 Kcal / 2,006.82 KJ			Energia: 481.04 Kcal / 2,010.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25.12 g	40.43 g	13.79 g	15.54 g	8.97 g	1.94 g	17.10 g	19.42 g	5.13 g	18.50 g	9.68 g	2.91 g	22.53 g	18.76 g	5.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.15 g	0.05 g	2.11 g	59.40 g	10.02 g	4.85 g	67.07 g	8.01 g	1.44 g	79.60 g	34.46 g	1.23 g	55.03 g	0.02 g	4.94 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,9			1,3,7,9			1,7			1,3,7				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 éves	Helyben sült kakaós csiga			Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Póréhagymakarikával			Szendvicssonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Helyben sült Sonkás-kukoricás pizzaszület			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 219.42 Kcal / 917.18 KJ			Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ			Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	8.52 g	6.28 g	2.46 g	10.57 g	2.91 g	1.38 g	15.36 g	10.92 g	1.53 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.20 g	8.72 g	0.32 g	32.16 g	0.00 g	0.52 g	33.21 g	0.11 g	0.53 g	28.48 g	1.80 g	0.28 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(7)			1,3,7			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.
2330 Albertirsa, Pesti út 65.
Cégszám: 17239408-5-13
Adószám: 14832560-4-13

Élelmezésvezető