


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola alsós 7-10 éves</b>	Téli varázslat tea Zsíros kenyér Póréhagymakarikával			Tej Kifli			Meggyes tea Teljes kiőrlésű kenyér Vaníliás túrókrémrel			Kakaó Kalács			Citromos tea Majonézes tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával		
		Energia: 354.75 Kcal / 1,482.86 KJ			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 257.59 Kcal / 1,076.73 KJ			Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ			Energia: 302.75 Kcal / 1,265.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.74 g	10.72 g	3.88 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	8.05 g	2.09 g	0.77 g	14.15 g	9.34 g	4.25 g	5.28 g	9.27 g	3.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
57.33 g	24.98 g	0.00 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	51.23 g	22.39 g	0.09 g	59.52 g	14.19 g	0.90 g	49.12 g	20.38 g	0.72 g		
1		1,7			1,7,(12)			1,3,7			1,3,4,7,10					
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola alsós 7-10 éves</b>	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel			Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma			Citromos almaleves Burgonyapüré Stefánia vagdalttal			Tejfölös zöldbabeles Tarhonyás hús Céklasalátával			Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 862.34 Kcal / 3,604.58 KJ			Energia: 564.07 Kcal / 2,357.81 KJ			Energia: 648.48 Kcal / 2,710.65 KJ			Energia: 642.28 Kcal / 2,684.73 KJ			Energia: 505.01 Kcal / 2,110.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.23 g	48.04 g	11.77 g	23.02 g	20.30 g	9.51 g	23.57 g	27.38 g	8.96 g	24.84 g	28.30 g	7.90 g	24.51 g	32.81 g	7.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
83.74 g	0.02 g	2.83 g	72.18 g	0.03 g	1.44 g	80.67 g	11.99 g	4.16 g	71.29 g	4.83 g	2.14 g	63.26 g	12.00 g	2.01 g		
1,7,9		1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9					
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola alsós 7-10 éves</b>	Csokoládékrém rúd			Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal			Zsemle Sajt szelettel Margarinnal Kígyóborkával			Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal			Korpás kifli Gyümölcsös joghurtal		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 244.26 Kcal / 1,021.01 KJ			Energia: 228.55 Kcal / 955.34 KJ			Energia: 193.87 Kcal / 810.38 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 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	8.80 g	8.76 g	3.19 g	10.29 g	7.71 g	4.67 g	9.46 g	3.64 g	5.60 g	10.93 g	6.56 g	3.20 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	32.46 g	0.00 g	1.93 g	29.44 g	3.85 g	0.53 g	30.78 g	0.00 g	1.19 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(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-csillagfűt              | 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 Danubia Kft.**

2730 Albertszőlő, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783403-5-16

Adószám: 26215833-4-13

**Élelmezésvezető**