


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola felső 11-14 éves</b>	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér Kígyóborkával	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllal	Barackos tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal
		Energia: 397.02 Kcal / 1,659.54 KJ	Energia: 309.96 Kcal / 1,295.63 KJ	Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ	Energia: 341.10 Kcal / 1,425.80 KJ	Energia: 281.42 Kcal / 1,176.34 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 7.09 g    12.54 g    10.03 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 5.09 g    13.96 g    5.23 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 12.22 g    5.77 g    2.60 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 10.31 g    9.25 g    7.55 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 6.85 g    4.80 g    1.52 g
		Szénhidrát    Cukor    Só 62.63 g    32.03 g    0.70 g	Szénhidrát    Cukor    Só 40.46 g    12.60 g    0.73 g	Szénhidrát    Cukor    Só 51.08 g    16.20 g    0.89 g	Szénhidrát    Cukor    Só 53.65 g    19.99 g    1.04 g	Szénhidrát    Cukor    Só 52.47 g    24.98 g    0.83 g
		1,7	1,3,4,7,10	1,7	1,(6),(7),(10)	1,3,(7)
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola felső 11-14 éves</b>	Cheddaros sajtkrémléves Nachosszal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májgaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta	Tejfőlös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Alma	Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával
		Energia: 759.65 Kcal / 3,175.34 KJ	Energia: 614.00 Kcal / 2,566.52 KJ	Energia: 677.37 Kcal / 2,831.41 KJ	Energia: 628.47 Kcal / 2,627.00 KJ	Energia: 657.79 Kcal / 2,749.56 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 23.54 g    39.73 g    12.64 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 26.81 g    14.20 g    6.45 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 22.85 g    26.52 g    7.38 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 23.70 g    13.23 g    3.75 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 28.50 g    28.01 g    7.45 g
		Szénhidrát    Cukor    Só 74.42 g    0.05 g    2.04 g	Szénhidrát    Cukor    Só 95.15 g    33.45 g    1.97 g	Szénhidrát    Cukor    Só 85.95 g    15.02 g    2.77 g	Szénhidrát    Cukor    Só 102.84 g    38.66 g    1.63 g	Szénhidrát    Cukor    Só 72.28 g    0.04 g    1.53 g
		1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7	1,3,7
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola felső 11-14 éves</b>	Helyben sült kakaós csiga Alma	Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Kaliforniai Paprikával	Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával	Helyben sült sonkás- kukoricás pizza	Kifli Kockasajttal Mandarin
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ	Energia: 227.12 Kcal / 949.36 KJ	Energia: 215.60 Kcal / 901.21 KJ	Energia: 308.62 Kcal / 1,290.03 KJ	Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 1.81 g    8.77 g    2.34 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 8.57 g    7.90 g    3.10 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 12.89 g    3.06 g    1.50 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 12.49 g    9.99 g    3.02 g	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv 12.12 g    12.78 g    7.54 g
		Szénhidrát    Cukor    Só 19.20 g    10.04 g    0.32 g	Szénhidrát    Cukor    Só 30.37 g    0.00 g    0.80 g	Szénhidrát    Cukor    Só 34.08 g    0.15 g    0.76 g	Szénhidrát    Cukor    Só 42.00 g    0.10 g    1.30 g	Szénhidrát    Cukor    Só 23.80 g    0.00 g    1.81 g
		1,7,(3),(6),(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-csillagfűrt             | 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 Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Cseportos adószám: 17783403-5-10  
 Adószám: 26215833-4-13  
**Élelmézszevető**