


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Iskola alsós 7-10 éves</b>	Citromos tea Margarinos Rozskenyér Olasz felvágottal			Tej Kiflivel			Meggy tea Makói sült hagymakrémes Félbarna kenyér			Kakaó Kaláccsal			Erdei gyümölcs tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Jégcsapretekkel		
		Energia: 320.05 Kcal / 1,337.81 KJ			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 312.95 Kcal / 1,308.13 KJ			Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ			Energia: 284.25 Kcal / 1,188.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.93 g	9.27 g	7.71 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.58 g	8.31 g	0.18 g	14.15 g	9.34 g	4.25 g	7.02 g	9.14 g	8.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.99 g	19.98 g	1.60 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	52.49 g	19.99 g	0.00 g	59.52 g	14.19 g	0.90 g	43.14 g	16.68 g	0.71 g		
1,(7)			1,7			1,7			1,3,7			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola alsós 7-10 éves</b>	Sárgaborsó-krémleves Kolbászmorzsával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal			Magyaros csipetkeleves Paradicsomos káposztafőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluskafeves Mákos tészta Porcukor szórattal Alma			Paradicsomleves Betűtésztával Zöldséges pulykavagdalt Burgonyapürével			Tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel		
		Energia: 804.75 Kcal / 3,363.86 KJ			Energia: 405.83 Kcal / 1,696.37 KJ			Energia: 535.37 Kcal / 2,237.85 KJ			Energia: 640.47 Kcal / 2,677.16 KJ			Energia: 593.97 Kcal / 2,482.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		36.27 g	34.64 g	8.86 g	17.17 g	24.95 g	6.71 g	19.85 g	14.04 g	2.49 g	24.44 g	14.39 g	2.02 g	20.06 g	28.14 g	7.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86.19 g	0.06 g	3.32 g	61.99 g	12.00 g	4.93 g	81.51 g	10.00 g	1.75 g	102.22 g	27.97 g	4.22 g	64.41 g	0.01 g	2.40 g		
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola alsós 7-10 éves</b>	Helyben sült vaníliás táska			Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Margarinos Korpás zsemle Diákcsemege szalámival			Margarinos Rozskenyér Zala felvágottal Salátalevéllal			Helyben sült sajtos pogácsa SULI müzliszelet		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 215.50 Kcal / 900.79 KJ			Energia: 197.43 Kcal / 825.26 KJ			Energia: 213.14 Kcal / 890.93 KJ			Energia: 590.52 Kcal / 2,468.37 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	8.57 g	6.19 g	2.32 g	6.98 g	6.13 g	2.39 g	8.84 g	6.28 g	6.59 g	7.16 g	25.10 g	11.98 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	31.15 g	3.85 g	0.31 g	28.55 g	0.00 g	1.04 g	30.25 g	0.00 g	1.16 g	82.48 g	31.00 g	1.08 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,(7)			1,3,5,6,7,(8),(11)				

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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 7.