


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Iskola alsós 7-10 éves	Kakaó Molnárkával			Csipkebogyó tea Tepertőkrém "Eatrend" módra Rozskenyérrel Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Csicsereborsókrémes Rozskenyér			Tej Margarinos-barackleváros Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Sajtos tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 325.14 Kcal / 1,359.09 KJ			Energia: 327.76 Kcal / 1,370.04 KJ			Energia: 325.21 Kcal / 1,359.38 KJ			Energia: 314.18 Kcal / 1,313.27 KJ			Energia: 308.84 Kcal / 1,290.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.67 g	8.02 g	3.71 g	8.03 g	9.85 g	8.11 g	7.77 g	6.94 g	7.23 g	12.46 g	5.73 g	2.57 g	6.48 g	9.53 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.40 g	12.39 g	0.89 g	51.29 g	19.99 g	0.92 g	57.43 g	24.98 g	0.91 g	52.99 g	12.46 g	0.41 g	48.84 g	20.38 g	0.10 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola alsós 7-10 éves	Füstölt sajtos karfiolkrémes Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával			Csontleves Cémametélttel Toscan csirkeragu Penne tésztával Reszelt sajt szóráttal			Palócleves Vaníliás tejberizs Gyümölcsraguval Körte			Zöldborsóleves Paradicsomos káposzta Sertéspörkölt feltéttel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémes Pírtott kenyérkockával Pásztortarhonya Házi káposztasalátával		
		Energia: 453.94 Kcal / 1,897.47 KJ			Energia: 502.84 Kcal / 2,101.87 KJ			Energia: 606.26 Kcal / 2,534.17 KJ			Energia: 556.86 Kcal / 2,327.67 KJ			Energia: 676.51 Kcal / 2,827.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.90 g	27.18 g	8.83 g	22.42 g	15.21 g	3.32 g	18.77 g	13.55 g	3.95 g	22.34 g	28.73 g	2.42 g	26.07 g	26.21 g	7.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.03 g	5.11 g	3.99 g	68.64 g	0.02 g	1.39 g	100.69 g	24.73 g	2.46 g	51.68 g	0.05 g	2.36 g	82.87 g	8.02 g	3.84 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,7,9			1,7			1,9			1,3,7				
Uzsonna	Iskola alsós 7-10 éves	Margarinos Rozskenyér Szendvics sonkával Zabrudai			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal			Margarinos Zsemle Sajt szelettel Salátalevéllal			Helyben sült kajsziarackos háromszög		
		Energia: 197.76 Kcal / 826.64 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 228.02 Kcal / 953.12 KJ			Energia: 228.89 Kcal / 956.76 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	7.64 g	9.22 g	3.45 g	10.29 g	7.98 g	4.41 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	28.55 g	0.00 g	0.72 g	28.90 g	0.00 g	0.52 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; 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.
 2730 Albertirsza, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 7.