


Heti étlap 2025.02.24 - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel	Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával	Kakaó Kifli Alma	Citromos tea Tonhalkrémes Rozskenyér Kígyóuborkával Sárgabarackos zabrudi	Meggyes tea Margarinos Teljeskiőrlésű kenyér Főtt tojáskarikákkal
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ	Energia: 338.48 Kcal / 1,414.85 KJ	Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ	Energia: 325.40 Kcal / 1,360.17 KJ	Energia: 260.99 Kcal / 1,090.94 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 12.76 g 5.60 g 2.71 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.64 g 11.12 g 8.22 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.84 g 3.31 g 1.75 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.33 g 9.92 g 8.18 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.77 g 4.79 g 1.52 g
		Szénhidrát Cukor Só 58.18 g 16.20 g 0.33 g	Szénhidrát Cukor Só 52.43 g 19.99 g 0.71 g	Szénhidrát Cukor Só 43.41 g 9.99 g 0.68 g	Szénhidrát Cukor Só 51.25 g 24.23 g 0.73 g	Szénhidrát Cukor Só 47.48 g 19.99 g 0.83 g
		1,7	1	1,7	1,3,4,7,10	1,3,(7)
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal	Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral	Rántott leves Pirított kenyérkockával Sajtos-tejszínes sertésragu Párolt rizszel	Sajtgaluskaleves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával	Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral
		Energia: 677.35 Kcal / 2,831.32 KJ	Energia: 532.86 Kcal / 2,227.35 KJ	Energia: 801.79 Kcal / 3,351.48 KJ	Energia: 684.44 Kcal / 2,860.96 KJ	Energia: 965.35 Kcal / 4,035.16 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 29.50 g 29.87 g 10.83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18.56 g 18.66 g 2.51 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.99 g 35.47 g 11.18 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 29.31 g 29.18 g 8.26 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.97 g 47.71 g 8.19 g
		Szénhidrát Cukor Só 72.59 g 2.31 g 2.22 g	Szénhidrát Cukor Só 73.22 g 12.05 g 1.26 g	Szénhidrát Cukor Só 92.28 g 0.04 g 1.62 g	Szénhidrát Cukor Só 75.86 g 0.65 g 3.07 g	Szénhidrát Cukor Só 109.13 g 23.15 g 1.70 g
		1,3,7,9,(6),(12)	1,3,7,9	1,7,9	1,3,7,9,10,(12)	1,3,7,10,(12)
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Korpás kifli Kenőmájassal Kígyóuborkával	Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal	Margarinos Teljeskiőrlésű kenyér Sajt szelettel	Rácsos túrós táska	Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával
		Energia: 199.52 Kcal / 833.99 KJ	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ	Energia: 229.85 Kcal / 960.77 KJ	Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ	Energia: 204.29 Kcal / 853.93 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.35 g 6.23 g 2.35 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.44 g 8.51 g 3.32 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.80 g 8.05 g 4.32 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.97 g 18.46 g 5.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.40 g 6.24 g 2.39 g
		Szénhidrát Cukor Só 27.30 g 3.85 g 0.79 g	Szénhidrát Cukor Só 28.56 g 0.00 g 0.96 g	Szénhidrát Cukor Só 28.47 g 0.00 g 0.54 g	Szénhidrát Cukor Só 26.37 g 0.00 g 1.46 g	Szénhidrát Cukor Só 29.60 g 0.00 g 0.59 g
		1,(6),(7),(10)	1,(7)	1,7	1,3,6,7,(8),(11),(12)	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!



Élelmezésvezető