


Heti étlap 2025.04.14 - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																	
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Margarinnal Jégcsapretekkel	Citromos tea Majonézes tonhalkrém (4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)	Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma	Barackos tea Házi húspástétomos(10,7) Rozskenyér(1) Paradicsommal	ÜNNEPNAP																																																	
		Energia: 288.13 Kcal / 1,204.38 Kj	Energia: 322.01 Kcal / 1,346.00 Kj	Energia: 347.55 Kcal / 1,452.76 Kj	Energia: 317.36 Kcal / 1,326.56 Kj																																																		
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>8.48 g</td> <td>6.44 g</td> <td>2.33 g</td> <td>6.80 g</td> <td>9.40 g</td> <td>3.58 g</td> <td>11.36 g</td> <td>6.97 g</td> <td>3.03 g</td> <td>8.97 g</td> <td>7.28 g</td> <td>7.10 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	8.48 g	6.44 g	2.33 g	6.80 g	9.40 g	3.58 g	11.36 g	6.97 g	3.03 g	8.97 g	7.28 g	7.10 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>48.96 g</td> <td>20.19 g</td> <td>0.61 g</td> <td>52.09 g</td> <td>20.38 g</td> <td>0.02 g</td> <td>58.91 g</td> <td>19.72 g</td> <td>0.62 g</td> <td>53.53 g</td> <td>21.98 g</td> <td>0.93 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	48.96 g	20.19 g	0.61 g	52.09 g	20.38 g	0.02 g	58.91 g	19.72 g	0.62 g	53.53 g	21.98 g	0.93 g			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																									
8.48 g	6.44 g	2.33 g	6.80 g	9.40 g	3.58 g	11.36 g	6.97 g	3.03 g	8.97 g	7.28 g	7.10 g																																												
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																												
48.96 g	20.19 g	0.61 g	52.09 g	20.38 g	0.02 g	58.91 g	19.72 g	0.62 g	53.53 g	21.98 g	0.93 g																																												
1,(7)	1,3,4,7,10	1,3,7	1,7,10,(12)																																																				
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Tojásleves(3,1) Füstölt sajtos sertésragu (1,7) Párolt rizszel	Tejszínes-fahéjas szilvakrémleves(1,7) Rántott sertésszelet(3,1) Tört burgonyával(7)	Kertészleves(9) Hortobágyi rakott tészta (3,1,7)	Fejtett bableves(9,1) Vaníliás tejberizs(1,7) Gyümölcsraguval																																																		
		Energia: 687.63 Kcal / 2,874.29 Kj	Energia: 889.36 Kcal / 3,717.52 Kj	Energia: 625.53 Kcal / 2,614.72 Kj	Energia: 520.46 Kcal / 2,175.52 Kj																																																		
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>20.59 g</td> <td>39.10 g</td> <td>13.46 g</td> <td>24.12 g</td> <td>42.94 g</td> <td>8.54 g</td> <td>24.21 g</td> <td>35.76 g</td> <td>8.86 g</td> <td>14.35 g</td> <td>8.31 g</td> <td>2.17 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	20.59 g	39.10 g	13.46 g	24.12 g	42.94 g	8.54 g	24.21 g	35.76 g	8.86 g	14.35 g	8.31 g	2.17 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>62.55 g</td> <td>0.01 g</td> <td>3.84 g</td> <td>99,30 g</td> <td>27.58 g</td> <td>3.12 g</td> <td>50,95 g</td> <td>0.02 g</td> <td>3.27 g</td> <td>96.14 g</td> <td>24.73 g</td> <td>2.29 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	62.55 g	0.01 g	3.84 g	99,30 g	27.58 g	3.12 g	50,95 g	0.02 g	3.27 g	96.14 g	24.73 g	2.29 g				
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																										
20.59 g	39.10 g	13.46 g	24.12 g	42.94 g	8.54 g	24.21 g	35.76 g	8.86 g	14.35 g	8.31 g	2.17 g																																												
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																												
62.55 g	0.01 g	3.84 g	99,30 g	27.58 g	3.12 g	50,95 g	0.02 g	3.27 g	96.14 g	24.73 g	2.29 g																																												
1,3,7	1,3,7,(12)	1,3,7,9	1,7,9																																																				
Uzsonna	Iskola felső 11-14 éves	Meggyes táská(1,7)	Szendvics sonkás Korpás zsemle(1) Margarinnal Kígyóborkával	Olasz felvágottas Korpás zsemle(1) Margarinnal	Sajtos pogácsa(3,1,7)																																																		
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 Kj	Energia: 184.01 Kcal / 769.16 Kj	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 Kj	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 Kj																																																		
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>3.78 g</td> <td>18.27 g</td> <td>4.87 g</td> <td>9.49 g</td> <td>2.67 g</td> <td>1.40 g</td> <td>7.44 g</td> <td>8.51 g</td> <td>3.32 g</td> <td>2.46 g</td> <td>13.10 g</td> <td>3.58 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.49 g	2.67 g	1.40 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>39.98 g</td> <td>20.91 g</td> <td>0.67 g</td> <td>30.50 g</td> <td>0.15 g</td> <td>1.04 g</td> <td>28.56 g</td> <td>0.00 g</td> <td>1.41 g</td> <td>13.48 g</td> <td>0.00 g</td> <td>0.79 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	39.98 g	20.91 g	0.67 g	30.50 g	0.15 g	1.04 g	28.56 g	0.00 g	1.41 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g				
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																										
3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.49 g	2.67 g	1.40 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g																																												
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																												
39.98 g	20.91 g	0.67 g	30.50 g	0.15 g	1.04 g	28.56 g	0.00 g	1.41 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g																																												
1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	1,(7)	1,3,7																																																				

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!



Élelmiszerbiztosító