


Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			
 eatrend	Reggeli	Iskola Alsós A	Gyümölcsös tea Puding vanília vagy csoki Kifli(1)			Gyümölcsös tea Kifli(1) Zöldfűszeres kockasajttal (7)			Gyümölcsös tea Zala felvágottas Rozskenyér(1) Margarinnal			Gyümölcsös tea Natúr sajtkrémes(7) Zsemle(1)		
			Energia: 190.87 Kcal / 797.84 KJ			Energia: 228.25 Kcal / 954.09 KJ			Energia: 294.11 Kcal / 1,229.38 KJ			Energia: 293.85 Kcal / 1,228.29 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
			3.89 g	0.31 g	0.10 g	7.06 g	2.46 g	1.27 g	8.92 g	6.30 g	6.59 g	5.93 g	8.08 g	4.71 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
			42.80 g	19.99 g	0.41 g	44.00 g	19.99 g	0.60 g	50.17 g	19.99 g	1.16 g	48.90 g	19.99 g	0.30 g
Tízórai	Iskola Alsós A	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Margarinnal Jégcsapretekkel			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)			Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma			Barackos tea Házi hűspástétomos (10,7) Rozskenyér(1) Paradicsommal			
		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			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		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
Ebéd	Iskola Alsós A	Tojásleves(3,1) Füstölt sajtos sertésragu(1,7) Párolt rizszel			Kertészleves(9) Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)			Tejszínes-fahéjas szilvakrémeles(1,7) Rántott sertészsizlet(3,1) Burgonyapürével(7)			Fejtett bableves (9,1) Vaníliás tejberizs (1,7) Gyümölcsraguval			
		Energia: 687.63 Kcal / 2,874.29 KJ			Energia: 625.53 Kcal / 2,614.72 KJ			Energia: 889.36 Kcal / 3,717.52 KJ			Energia: 520.46 Kcal / 2,175.52 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		20.59 g	39.10 g	13.46 g	24.21 g	35.76 g	8.86 g	24.12 g	42.94 g	8.54 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	50.95 g	0.02 g	3.27 g	99.30 g	27.58 g	3.12 g	96.14 g	24.73 g	2.29 g
Uzsonna	Iskola Alsós A	Helyben sült meggyes táska(1,7)			Szendvics sonkás Korpás zsemle(1) Margarinnal Kigyóborkával			Olasz felvágottas Korpás zsemle(1) Margarinnal			Helyben sült 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			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		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
Vacsora	Iskola Alsós A	Almás-fahéjas tea Turista felvágottas Zsemle(1) Margarinnal Paradicsommal			Epres-csipkebogyós tea Kolbászkrémes(7) Rozskenyér(1)			Erdei gyümölcsös tea Kenőmájasos Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Málnás tea Szendvics sonkás Zsemle(1) Margarinnal			
		Energia: 307.84 Kcal / 1,286.77 KJ			Energia: 308.70 Kcal / 1,290.37 KJ			Energia: 260.99 Kcal / 1,090.94 KJ			Energia: 392.19 Kcal / 1,639.35 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	
		7.80 g	6.29 g	2.85 g	7.26 g	8.54 g	8.00 g	8.35 g	6.18 g	2.06 g	15.11 g	3.25 g	1.32 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
			54.75 g	24.98 g	0.75 g	50.27 g	19.99 g	0.81 g	42.56 g	12.00 g	0.30 g	75.28 g	13.99 g	0.58 g

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 | 3-tojás | 5-földimogyoró | 7-tejtermék,laktóz | 9-zeller | 11-szezám | 13-csillagfűrt |
| 2-rák | 4-hal | 6-szója | 8-diófélék | 10-mustár | 12-kéndioxid-szulfid | 14-puhatestűek |
| | | | | | | 15-mesterséges édesítőszer |
| | | | | | | 16-édesgyökér |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2720-Ahéra: Pesti út 115.
 Cégjegyzékszám: 17793408-5-13
Élelmiszevizsgáló