


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Vaníliás tejtál Kifli			Citromos tea Tepertőkrémes Korpás kenyér Eatrend módra Lilahagymával			Tej Gabonagolyó			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes Korpás kenyér			Meggyes tea Sokmagvas sajtkrémes Korpás zsemle		
		Energia: 174.28 Kcal / 728.49 KJ			Energia: 329.14 Kcal / 1,375.81 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 245.81 Kcal / 1,027.49 KJ			Energia: 295.61 Kcal / 1,235.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.86 g	0.97 g	0.80 g	6.34 g	11.26 g	4.16 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	4.60 g	7.21 g	3.29 g	6.14 g	8.16 g	4.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.80 g	11.00 g	0.50 g	50.14 g	19.98 g	0.93 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	40.20 g	12.00 g	1.10 g	48.95 g	20.00 g	0.73 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,7			1,7,11				
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Májgaluskaleves Káposztás tészta Porcukorral			Citromos almaleves Párolt rizs Rántott sajttal Tartármártással			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Pusztapörkölt Félbarna kenyérral Házi vitaminalátával			Tárkonyos csirkeraguleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 394.27 Kcal / 1,648.05 KJ			Energia: 886.52 Kcal / 3,705.65 KJ			Energia: 629.34 Kcal / 2,630.64 KJ			Energia: 689.93 Kcal / 2,883.91 KJ			Energia: 679.77 Kcal / 2,841.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.14 g	6.04 g	1.12 g	20.54 g	55.04 g	7.72 g	24.37 g	29.73 g	8.13 g	23.56 g	28.51 g	7.17 g	23.39 g	17.30 g	4.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69.44 g	14.02 g	1.87 g	80.70 g	12.79 g	3.29 g	65.05 g	0.01 g	4.80 g	83.33 g	5.01 g	4.31 g	107.25 g	46.48 g	2.44 g		
1,3,9			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Soproni felvágott Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Jégcsapretek			Kifli Kockasajttal			Tavaszi felvágott Rozskenyér Margarinnal Kígyóuborkával			Helyben sült kakaós csiga			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Salátalevél		
		Energia: 230.50 Kcal / 963.49 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 212.57 Kcal / 888.54 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 240.06 Kcal / 1,003.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.63 g	8.92 g	3.24 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	8.48 g	6.04 g	6.78 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g	8.67 g	8.77 g	3.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.98 g	4.68 g	0.99 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	31.01 g	3.85 g	1.14 g	19.20 g	8.72 g	0.32 g	31.52 g	0.00 g	0.90 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(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!
Ményi Enikő
Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.....
 Cégazonosító szám: 17783408-5-13
 Adószám: 11890000-1-12
Élelmiszevezető